پیغامِ آیورویدؔ
طبی ڈائجسٹ
E.P. No. 104
بلبلوں کیواسطے جوں مژدۂ فصلِ بہار ہے طبیبوں کے لئے پیغامِ آیور وید

جیبی وئیدیا مجرّباتِ کرشن

عالیجناب راج وئید کرشن دیال جی وئید شاستری صاحب مصنف مخزنِ آیورید کے سالہاسال کے ذاتی مجرّبات کا نچوڑ $\frac{22 \times 29}{32}$ پاکٹ سائز پر ۴۴۸ صفحات کا گنجِ مجرّبات جسمیں سر سے لیکر پاؤں تک کل امراض کیلئے تخمیناً ایک ہزار مجرّب نسخہ جات درج ہیں۔ مصنف کا یقین ہی نہیں بلکہ دعویٰ ہے کہ اس کو پاس رکھنے والا معالج امراض و آفات کی پامالی میں کبھی خطا نہیں کرسکتا۔ فراخ دل مصنف نے جہاں دریادِلی سے ذاتی مجرّبات درج کرنے میں کمال کر دیا ہے وہاں جملہ امراض کے مختصر اسباب و علامات کی تشریح بھی کر دی ہے۔ اگر آپ ہندوستان کے طبِ قدیم اور سادھو سنیاسی مہاتماؤں فقراء کے جادو اثر کمالات کا شوق رکھتے ہیں، اگر آپ گھروں میں پیدا ہونیوالی عام بیماریوں سی نجات حاصل کرنیکے خواہشمند ہیں تو آج ہی ایک نسخہ منگا کر اپنے پاس رکھیئے تاکہ جملہ امراض کے دفعیہ کیلئے آپکے کام آئے۔

قیمت خوبصورت جلد صرف ایکروپیہ دس آنہ محصولڈاک بذمہ خریدار

ملنے کا پتہ:۔ پرتاپ آیورویدک فارمیسی لمٹیڈ کالی مارکیٹ امرتسر

زیر سرپرستی آیوروید بھکشو ویدراج کرشن دیال ویدیہ شاستری منیجنگ ڈائرکٹر پرتاپ آیوروید فارمیسی پرائیوٹ لمیٹڈ امرتسر

ماہنامہ پیغامِ آیوروید امرتسر — سالانہ چندہ -/۴

آنریری ایڈیٹر — ڈاکٹر رما شنکر مشر میڈیکل جرنلسٹ

جلد ۵	اگست ۱۹۵۸ء	نمبر ۸

ساون کی یہ رات!

ساون کی کالی اور بدمست رات - اس کے دامن میں سینکڑوں امنگیں اور ہزاروں ولولے ہیں - وہ مست کن اور پُرانبساط ہے - محض مے پرستوں کے لئے نہیں بلکہ زاہدان کے لئے بھی وہ ساغر بکف آتی ہے -

نغمہ بن کر فضاء عالم پر چھا جاتی اور اپنی سحرکاریوں سے کائنات کے ذرہ ذرہ کو مسحور کر دیتی ہے - اگرچہ یہ تیرہ بختی سے بھی زیادہ تاریک، خوف سے بھی زیادہ بھیانک ہوتی ہے جس میں ہاتھ کو ہاتھ سُوجھائی نہیں دیتا!

پھر بھی جذبات اور ولولوں میں تلاطم پیدا کرنا - سوئی ہوئی حسرتوں مستانہ وش - رم جھم کرنیوالی چال سے بیدار کر کے جنون میں اضافہ کر دیتی ہے - ننھی پھوہاریں دل میں چٹکیاں لینے لگتی - ہوا کے خوشگوار معطر جھونکے دیوانی پریشان چڑھا کر تیز کر دیتے ہیں!

ہوا بھی سرورِیت و مخموریت کی چوٹی پر چڑھ کر کائنات کے رگ و ریشہ میں زلزلہ پیدا کر دیتی - میری خس و خاشاک کی بنی جھونپڑی سے لہو و لعب کرتی، نہ جانے کہاں اُڑائے جاتی - میں خانہ خراب ہو کر ادھر اُدھر بھٹکتا - بوچھاروں کی قمچیاں جسم کو زخمی

(راما آرٹ پریس سنتوکھ سر امرتسر میں باہتمام لالہ گوبردھن داس پرنٹر و پبلشر شائع ہو کر دفتر پیغام آیوروید اکالی مارکیٹ امرتسر سے شائع ہوا)

معذرت :- مضامین زیادہ ہو جانے کے سبب فہرست مضامین درج نہیں ہو سکی۔

کرنے لگتیں! میں بدحواس ہو کر پیڑوں کی پناہ لیتا — قیامت کی بجلیاں تڑپ کر آرام کا سانس لینے سے روکتیں۔ آسمان کے تلے آتا — یہاں وہی قہر! یہی ساون کی رات کسی کو شاد کام کرتی۔ مگر مجھے بیزار اور برباد۔ کسی کی جان جاتی اور کسی کی ادا نکھرتی ہے! میں چلاتا کہ کیا یہی قدرت کا انصاف ہے؟ — مگر سنتا کون!

التجائے علیل!

بیمار ہوں، تندرستی و صحت بھیج!
نادار ہوں۔ یہ گئی ہوئی دولت بھیج!
اقبال گنہ کا بھی یہی مطلب ہے
حقدار ہوں جلدی کرم و رحمت بھیج!

آزاد

اڈیٹوریل

صدائے بازگشت

غلامی کی تیرہ بختی بھی دیکھی اور آزادی کی خوش قسمتی بھی۔ امراض کے ذریعہ اجل کی سوداگری کا دل دہلانے والا منظر بھی دیکھا اور اب کراہتے، آنسو بہاتے مریضوں کو ہسپتالوں سے ناامید لوٹتے بھی دیکھ رہا ہوں۔ بیکاری، بیماری، غربت، قتل و غارت گری، رشوت اور طرفداری ـــــ ان دو آنکھوں سے کیا کیا دیکھوں اور کیسے دیکھوں؟ ـــــ منسٹروں کی تقریریں سنوں! ان کی افتتاحی رسومات کے لہو ولعب کو دیکھوں! ان کے استقبال اور جاہ وجلال کو دیکھوں! دعوتوں کے مال تال پر نگہہ ڈالوں یا سرکاری محکمہ جات سے ہونیوالی عوام کی خدمات، کی سالانہ شائع ہونیوالی راماینوں کا مطالعہ کروں! ان چھوٹی مگر کھوٹی دو آنکھوں کے اندر کتنا بھر لوں! ـــــ حیران ہوں! ـــــ بھوک سے پریشان حال، پاپی پیٹوں پر پٹی باندھوں یا پیاس کی شدت سے پریشان ـــــ ڈیڑھ روپیہ فی بالٹی پانی کی خرید میں مجبور پیاسوں کو مکسچر پلاؤں۔ لُو کی لپٹوں میں بھی، بادِ سموم سے گرم ماحول میں بھی بیس پچیس میل پیدل بھیجے جانیوالے سرکاری چپڑاسیوں کو دم توڑتے دیکھوں یا ان کے یتیم ہونے والے بچوں کی آسمان دوز آہوں پر آنکھ کان لگاؤں ـــــ! آخر کیا کیا دیکھوں اور کیا کیا کروں ـــــ!

پارلیمنٹری جمہوریت، کا کھوکھلا پن ـــ اقلیت اور اکثریت کی رسہ کشی۔ پیشہ ور لیڈروں کی غٹ غوں۔ موقعہ سے مستفید ہونیوالے پیشواؤں کی چناں چنیں۔ اس محدودہ زندگی میں۔ چشم چڑھی آنکھوں سے پامالی اور بربادی۔ نفاق اور پارٹی بازی

اڈیٹوریل

تفکرات اور دہشتناک زندگی کے کون سے منظر کو دیکھوں اور کس منزل پر نگاہ جماؤں!

اخباروں کو دیکھتا ہوں وہ گلا پھاڑ کر چلاتے ہیں کہ دوسری پنج سالہ سکیم میں دیسی طریق علاج کی بہبودی کے لئے جس میں ہومیوپیتھی بھی شامل ہے۔ ۲ کروڑ روپیہ رکھا گیا ہے اور اسٹیٹ سکیموں میں ۵ کروڑ ۲۱ لاکھ ۸۳ ہزار کا انتظام ہے۔ لیکن آج سرکار جس کے لئے جتنی رقم خرچ کرے، کیا وہ رقم کبھی اس کے پاس پہنچ سکتی ہے یا اس مد میں خرچ ہو سکتی ہے؟ —— ناممکن ہے! نام اور جگہ کے دریافت کرنے کی ضرورت نہیں - ایک جگہ کا واقعہ نہیں ملک بھر میں یہی ہو رہا ہے۔ تھدار بر طرف کئے جا رہے ہیں - یار لوگ گلچھرے اڑا رہے ہیں - آنکھوں کی ان رپورٹوں کو دھول کی آندھیوں، طوفانوں میں اڑایا جا رہا ہے —— سبھی دیکھ رہے ہیں اور منہ پھیر رہے ہیں - اوّل پنج سالہ سکیم میں آیورویدک کتنا آگے بڑھا —؟ اب تک کچھ بھی تو آنکھوں کے سامنے نہیں آیا —— کمیٹیاں - جاہ و حشمت کے جویاں - موقع محل کے متلاشی، کارکنان کی خود غرض چوٹوں سے شکستہ ہیں - سکیمیں رجسٹروں کے صفحہ جات کے پیرہن یا کفن میں دھول میں دبی پڑی ہیں -

ہماری سرکار نے یوروپ اور امریکہ کی دیکھا دیکھی ہیضہ اور چیچک کو نیست و نابود کرنے کی سکیم عظیم تیار کر لی ہے کیونکہ یہ ممالک ۱۰ سال قبل ہی ان امراض کے آہنی پنجوں سے نجات حاصل کر چکے ہیں —— بس ہماری تشفی کے لئے یہ سند کافی ہے - ہمارا ملک گرم ہے ان کا ٹھنڈا —— ہماری زمین اور ان کی مٹی میں فرق ہے - پشاوریوں اور بنگالیوں کی صورت و سیرت میں کتنا فرق ہے؟ پھر بھی ہماری سرکار ان امراض سے ضائع ہونے والی جانوں کے تحفظ کا تہیہ مغربی سپر کے سہارے کر چکی ہے - ڈاکٹر جی - سی پنڈت کی صدارت میں مخصوص معالجوں کی ایک کمیٹی بھی بن چکی ہے - اس میں دیسی طریق علاج کی نمائندگی کا کیا حال ہے؟ اتنا ضرور معلوم ہے۔

کہ ہر سال چیچک اور ہیضہ میں بیس ہزار جانیں تلف کرنیوالی اُتر پردیش کی سرکار نے بھی اپنی ایک اور کمیٹی بنا دی ہے۔

صفائی - مقوی غذا - ٹیکہ اور مریضوں کی دوا - ان چار ستونوں کے بنگلہ پر بیٹھ کر ہی ان امراض پر گولہ باری شروع ہو گی۔ غذا اور صفائی کا نظام کیسے کیا جائے گا؟ اس کی داغ بیل آنکھوں سے دور ہے۔ پھر بھی ہم کسی بھی اچھے عہد و پیمان کی کامیابی کے معاون اور خواہشمند ہیں بشرطیکہ ان کو عملی جامہ دیا جائے۔ کیونکہ سکیموں اور کمیٹیوں کی پرانی تواریخ زیادہ حوصلہ افزا نہیں۔

سرکار کے سہارے اپنی سفینہ زندگی کے بخیریت عبور کرنے امید خطرہ سے خالی نہیں۔ اناج کہیں سے آئے اسے ہضم کرنے کے لئے اپنے ہی پیٹ کو کام کرنا پڑے گا۔ منہ تک پہنچانے کے لئے اپنے ہی ہاتھوں کو مشقت کرنی پڑے گی۔ پس ان امراض سے پلّہ چھڑانے کے لئے آپ کو خود اپنے گھر دروازہ کی صفائی کرنا چاہیئے۔ آس پاس کے گڑھے پاٹ کر زمین کو ہموار بنانا چاہیئے۔ اس میں تلسی کے پودے لگا کر اپنی چار دیواری کو مضبوط بنانا چاہیئے۔ دودھ دینے والے جانوروں کے پالنے کا انتظام اور سڑی گلی ملاوٹ والی چیزوں کو اپنے محلہ میں آنے سے روک کر ان امراض سے اپنا پلّہ چھڑا سکتے ہیں۔ اتّحاد۔ زمانہ حال کا نعرہ ہے۔ حفظانِ صحت کے لئے اپنے محلہ اور گلی والوں کے متحدّ ہونے سے ہی کام چل جائے گا۔

ایک بار آپس کے چھوٹے سے اتّحاد سے محلّہ کا جہنّم بہشت میں بدل جائیگا بگڑی صحت میں حیرت انگیز اصلاح ہو گی اور یہ موذی بیماریاں ہمیشہ کے لئے آپ سے دہشت کھا کر دور ہو جائیں گی لیکن آپ اپنے پیروں پر کھڑے ہوں ضرور!

نئی بیماری کا دورِ دوم

علامات، احتیاط اور مجرب علاج!

۱۹۵۴ء میں غالباً جمشید پور سے شروع ہو کر یہ بیماری تمام ملک میں پھیل گئی اُس وقت بھی اس اجنبی بیماری سے لوگ خوف زدہ تھے اور اس کا نام رکھا گیا تھا "ہسٹری ڈیزیز" —— وہ بیماری جس کا بھید سمجھ میں نہ آئے۔ آج پھر بالکل اسی کی مشابہت والی ایک بیماری تمام ملک پر چھا گئی ہے۔ اس بار اسے اِنفلائیٹس یا بال سُنتی پات جور کے نام سے پکارا جا رہا ہے۔ پہلے کی طرح آج بھی یہ ایک معمہ ہی ہے۔ ڈاکٹر اور مخصوص معالج سبھی اس کی جڑ۔ بنیاد کا پتہ لگانے میں غلطاں و پیچاں ہیں اور اس کے شکار ہوئے مریضوں سے حیران و پریشان!

علامات:۔ اس کا حملہ زیادہ تر ۳ سال سے ۸ سال کے بچوں پر ہوتا ہے۔ تیز بخار ۱۰۴ ڈگری سے لیکر کبھی کبھی ۱۰۸ تک بھی مشاہدہ میں آیا ہے۔ دماغ میں جلن قے۔ وہ بھی زوردار۔ سر درد۔ بیماری نے زور پکڑا تو ۲۴ سے لیکر ۴۸ گھنٹوں میں ہی مریض لقمۂ اجل بن جاتا ہے —— یہ اس نامراد مرض کے خاص علامات ہیں۔ چہرہ کا سُرخ ہو جانا۔ آنکھوں کی نسوں میں خون کا رک جانا۔ کپکپی اور سنپات کی علامات بھی ظہور میں آئی ہیں۔

بیماری گرمی میں پھیلتی ہے۔ غریب اور گندے محلّوں سے ہی اس کا شروعات ہوتا ہے۔ مکھیوں کے ذریعہ زیادہ تر اس کی وسعت کا اندازہ لگایا جا رہا ہے۔ ہماری غریبی۔ دُودھ کی کمی، صحت کا سوال اُٹھنے پر ہمیشہ اور ہر موقع پر آجاتی ہے۔

یہاں بھی وہی بات ہے۔ مریض اور اس کی جائے رہائش کی صفائی اور تازہ ہوا کی آمد و رفت حیات کے ہر باب میں ضروری ہے۔ بی۔ایچ۔سی کا چھڑکاؤ مرض کے انسداد اور اس کے آگے بڑھنے میں رکاوٹ ضرور ڈالتا ہے۔

علاج:- ابھی تک سائنسدان اور ماہرین معالج اس سوال پر خاموش ہیں پھر بھی جن آیورویدک طریق علاج کے پیرو کاروں نے اس سمت میں کام کیا ہے۔ ان کا تجربہ ہے کہ "سرو روگے بسنتا" کا آرش اعلان۔ جتنا زیادہ یہاں کارآمد ثابت ہوا ہے اتنا شاید ہی کہیں دوسری جگہ تجربہ میں آیا ہو۔ اس لئے مریض کی حالت اور عمر پر نگاہ رکھ کر سورن بسنت مالتی کا گلوست اور شہد کے ہمراہ استعمال کرانا مفید ہے۔

غذا:- جب تک مریض کو کلی شفا نہ ہو جائے اسے پھل اور پھلوں کے رس کا استعمال کرانا ہی واجب ہے۔

آیورویدک نکتہ نگاہ سے:- قدیم آیوروید آچاریوں نے اس مرض کو امراض سر کے زمرہ میں شمار کیا ہے اور اس مرض کو قریب قریب اسادھیہ ہی بتلایا ہے۔ چنانچہ انہی کے الفاظ ہیں:-

पित रक्ता निला दुष्ट: शंखदेशे विमूर्छिता:
तीव्र रूग दाह रांगाहि शोथं कुर्बानी दारुगाम
सशिरो बिषवद्वेगी निरुध्याशु गलं तथा त्रिएत्र
जीबितं हन्ति शंखको नाम नामत:
त्र्याहाजीवती भैषज्यं प्रत्यरवया भास्य कारयेत ॥

ارتھ:- صفرا اور وایو خون میں مل کر اس کو دُشٹ کر دیتے یعنی بگاڑ دیتے ہیں۔ اور سر کے دماغی حصہ میں نہایت خطرناک سوجن پیدا ہو جاتی ہے۔ جس کے

باعث سخت درد، جلن اور بخار ہو کر چہرہ کا رنگ نہایت سرخ ہو جاتا ہے۔
اور اس مرض کی شدت و زہریلے مادے سے مریض کا گلا رُک جاتا ہے۔ یہ
خطرناک مرض مریض کو تین ہی دن میں ختم کر دیتا ہے۔ بالفرض کسی خوش قسمت
آدمی کی زندگی کے دن اگر باقی ہیں تو کسی قابل معالج کے علاج سے بچ بھی سکتا
ہے مگر شاذونادر ہی! آیوروید آچاریوں نے اس کو "شنکھک" نام سے موسوم کیا ہے۔
بنگ سین آیوروید کا ایک جدید گرنتھ ہے۔ اس میں اس نامراد مرض کے
لئے ذیل کی تدابیر تجویز کی ہیں:-

نسخہ لیپ:- ملٹھی۔ نیلوفر۔ پدماکھ۔ بیت۔ کُشا گھاس۔ بیخ نرسل۔
دارہلدی۔ ہلدی۔ مجیٹھ۔ ریٹھے کا چھلکا۔ خس۔ جملہ ادویہ حسب ضرورت مساوی
وزن لے کر گائے کے دودھ میں خوب گھوٹ لیں اور بطور لیپ مریض کے سر
پر اچھی طرح سے لیپ کریں۔ یا صرف دودھ میں ٹھنڈا و برف ملا کر مریض کے سر
پر تریڑا دیں۔ یا بار بار ٹھنڈے دودھ کی پٹی پیشانی پر کریں۔ یہ شنکھک روگ
کے لئے نہایت مفید اور عمدہ تدابیر ہیں۔

ہنسنا بُرا تو نہیں؟

"تم نے کس مضمون میں ایم-اے کی ڈگری حاصل کی ہے؟"
"ارتھ شاستر میں!"
"عورتوں کو ارتھ شاستر کی واقفیت کا کبھی دعویٰ ہی نہیں ہو سکتا!"
"ایسا کیوں؟"
"کل تمہارے لڑکے نے ایک پیسہ نگل لیا تھا۔ تم نے اُسے اُگلوانے
کے لئے ڈاکٹر کو دس روپے دئے!"

(باقی صفحہ ۸۴)

اعصابی ناتوانی!

رُوحانی نظریہ سے دُور، دُنیاوی ضروریات کی تکمیل میں مضطرب، گمراہ اور پریشان حال انسان من کی قوت سے دیوالیہ ہو چکا ہے "نیور ستھنیا" کے اعانت پر لکھا گیا ڈاکٹر آر۔ این۔ کاتیاین کا یہ مضمون مصائب میں مبتلا لوگوں کی رہبری کے لئے قطب نما سے کم کارآمد نہیں؛

جوانی کی دوپہر میں پہنچنے کے قبل ہی اس کی جو حالت ہے اُسے قابلِ رحم کہنے کے علاوہ اور آپ کہیں گے کیا! پیلا چہرہ۔ سُوکھے ہونٹھ۔ بجھی سی آنکھیں، لڑکھڑاتے پیر دیکھ کر یہی معلوم ہوتا ہے کہ عہد طفلی کے بعد وہ اُچک کر بڑھاپے کی دنیا میں آگیا۔ دیوانی جوانی نے شاید اُس کا بائیکاٹ ہی کر دیا! فروغ زندگی اپنی اُمنگوں میں جلنے کی بجائے بجھنے ہی میں کوشاں ہے!

احباب کا وہ شاکی ہے۔ خاندان سے اُسے ہے چڑ! کیونکہ اُس میں اُس کی تخیّل پروازی کو سمجھنے کی لیاقت نہیں! دنیا سنگدل یا بیدل ہے کیونکہ وہ اس کی طرف سے اک دم ہے بے پرواہ! وہ یہ محسوس کرنے کی بھی تو کوشش نہیں کرتی کہ اُسے کن دِقتوں کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے!

وہ ہمیشہ ہی ایسا ہے؟ ہرگز نہیں۔ وہ سینکڑوں نوجوانوں میں ایک تھا۔ کھلاڑیوں کی ٹیم کا کپتان۔ جماعت میں مانیٹر۔ چہکنے میں پرندوں سے بازی لے جانیوالا۔ ہنسنے میں نمبر اوّل۔ آج بھی جسم کو دیکھ کر۔ محض جسم کو۔ آپ اُسے بیمار

کہنے کی غلطی نہیں کر سکتے۔ ڈاکٹر بھی تو اُسے بیمار نہیں بلکہ وہمی کہتے ہیں! کیونکہ اس اس کا خیال ہمیشہ اپنے جسمانی چڑھاؤ اُتار پر ہی لگا رہتا ہے۔ چھاتی۔ جگر یا پیٹ میں درد معلوم ہوتا ہے۔ سر چکر کھاتا۔ ناڑی تیز چلتی۔ سانس پھولتی۔ عقل چکراتی۔ جوڑوں میں درد ہوتا ہے۔ اور کمزوری محسوس ہوتی ہے۔

ایک دو نہیں کتنے ہی ڈاکٹروں کو وہ دکھلا چکا ہے۔ فیس معائنہ ادا کر چکا ہے۔ بیشمار نئی اور پرانی ادویہ کو وہ اپنے اُوپر آزمائش کر چکا ہے۔ چند ادویہ اور ڈاکٹروں کے مشورہ سے اُسے دو چار دن کچھ فائدہ ہُوا ہے لیکن پھر وہی حال۔ وہ پھر اُن کے پاس جاکر کہتا ہے :-

"ڈاکٹر صاحب! میری نبض تیزی سے حرکت کرتی ہے۔ سیڑھیوں پر چڑھتے وقت بائیں طرف پسلیوں میں درد معلوم ہوتا ہے۔ بھوک نہیں لگتی"۔

اُس دن اُسے اپنے ہی جیسی ایک مریضہ سے بھی مٹھ بھیڑ ہو گئی۔ اُس کے ہاتھ پر لکھا تھا کے، کماری۔ اس دوشیزہ نے بھی خرابی حیض، کمی اشتہا۔ پسلیوں کے درد۔ دل کی دھڑکن کی تیزی، درد پیٹ اور پیٹھ وغیرہ کی شکایتیں پیش کیں۔ اور دو مریضوں نے علالت دل تشخیص کیا۔ ڈاکٹر کی تصدیق چاہی۔ اس نے کہا ان علامات کا باعث دوسری وجوہات بھی ہو سکتی ہیں! آخر دونوں نے ڈاکٹر کا مضحکہ اُڑایا۔

"اجی صاحب! آپ بالکل نئے ڈاکٹر معلوم ہوتے ہیں۔ جن کے پاس تجربہ کے سرمایہ کا ہے دیوالہ! جسے درد کی بے چینی ہے اُسے آپ تصور کرتے ہیں وہم!"

ڈاکٹر کتنا بھی کہے۔ سویرے اُٹھ کر گھومنے اور کام کرنے میں اُسے نمونیہ ہونے کا اندیشہ رہتا ہے! اسے پھلوں کا رس پینے کا مشورہ دیا جاتا ہے تو وہ کمزور ہونے کے احتمال سے کانپ اُٹھتا ہے۔ سیب کھانے پر اُسے کھٹی ڈکاریں آنے کا اندیشہ ہے

کچھ کھلے میدان میں جانے سے ڈرتے ہیں تو دوسرے ہجوم میں ہوئے جائیں بیہوش!
کچھ کو ہر وقت بیماریوں کے جراثیم کی چھوت کا اندیشہ رہتا ہے۔ وہ تولیہ سے ہاتھ منہ پونچھنے میں ہچکتے ہیں۔ سکوں کو چمٹی سے اٹھاتے ہیں۔ اس کے برعکس کچھ شاعر۔ آرٹسٹ۔ مصنف صاحب حوصلہ بھی ان امراض کے شکار دیکھے جاتے ہیں۔

یہ جملہ علامات، ہیں اعصابی ناتوانی کی۔ یہ تہذیب کی علالت ہے۔ اس لئے اعصابی مریضوں کی تعداد بھی زیادہ ہے۔ رہائش کے معیار کو اونچا اٹھانے کی کوشش میں میں زیادہ مشقت، کم آرام، قوانین صحت کی فراموشی، ضروریات کا سیلاب، قوت برداشت کا متواتر زوال، ذرائعوں کی حد بندی، تفکرات میں اضافہ، تخیل کی بلند پروازی، جسمانی ناتوانی وغیرہ اسباب ہیں اعصابی ناتوانی کے! ایک ہی مرض پر، عضو پر، دماغ کو مقیم کر کے اس کا آموختہ پڑھتے رہنے سے وہ مرض فوراً ظہور میں آجاتا ہے، جس عضو پر زیادہ دھیان دیا جائے گا۔ اس کے وظائف میں خامی واقع ہوگی۔ ان کے فطرتی فعل میں رکاوٹ ہوگی۔ اچھے بھلے تندرست ہاتھ میں اگر آپ خون کی روانی کا نہ ہونا سمجھنے لگیں تو کچھ وقفہ کے بعد وہ بے حس ہو جائے گا! دوائیاں جلدی اس کی اصلاح میں ناکامیاب ثابت ہوں گی۔ مرض سے تفکرات اور تفکرات سے مرض میں اضافہ ہونے کا ایسا چکر چلتا ہے کہ مریض مرض کی دلدل میں دھنستا ہی جاتا ہے۔

من تیزی سے دوڑتا ہے اور تن کی رفتار ہوتی جاتی ہے کم! وہ بڑھتا ہے یہ گھٹتا ہے۔ ہوا کا ایک جھونکا ایسے بیماروں کو نمونیہ پیدا کر دیتا ہے اور معمولی دھوپ اختلاج القلب! زیادہ سینٹمینٹل انسان، اپنے آپ میں ایک قسم کی خامی محسوس کرتا ہے۔ ہر حالت میں مستقبل اندھیرا ہی نظر آتا ہے۔ ہمیشہ وہ یہی سوچتا ہی رہتا ہے کہ موسم کا معمولی تغیر اس کی صحت کو اور ابتر نہ بنا دے۔ کہیں دوسرا

شخص اس کی اصلی حالت سے گمراہ ہو کر اس کی بے عزتی کا باعث نہ بن جائے۔
ڈاکٹر کارن ہارنی کا مشاہدہ ہے کہ اعصابی ناتوانی کے مریضوں کی طبیعت کا یہ
رحجان ہو جاتا ہے کہ وہ اپنے اندرونی خیالات کو دوسروں پر لادنا چاہتا ہے۔
اپنے قصور کا ذمہ دار دوسروں کو ٹھہراتے ہیں۔ لہذا ایسے لوگوں کو اپنا من
ٹٹول کر دیکھنا چاہیئے کہ آپ کے ان جذبات میں کتنا حصہ آپکی لغو خیالی کا
ہے۔ اُسے فوراً دُور کر دینا واجب ہے۔ سچائی کی تلخی کو برداشت کیجئے۔ چڑیئے
نہیں! اپنی خوبیوں کے ساتھ خامیوں پر بھی نگاہ رکھیئے! ہنسوڑوں کی صحبت میں
وقت گزاریئے۔ کھیلوں میں دلچسپی لیجئے! اور دماغ کو بیکار نہ رکھیئے!

مصائبِ منزل

زندگی کا ایک گول نشانہ بنالو! پھر اس کی طرف بڑھتے رہو۔ یہی مزہ ہے!
مصائب کو جھیلنے میں لطف آئے گا۔ موت سے ہاتھا پائی کرنے میں انبساط ہوگی
لیکن بلا منزل مسافرت کیا۔ جس زندگی کا کوئی مُدعا نہ ہو۔ کوئی جائے سکون نہ ہو۔
وہ دریا میں بہنے والے اُس تنکے کی مانند ہے جس کا نہ کوئی آغاز ہے اور نہ اختتام۔
ہوا کا ایک جھونکا اسے ادھر بہالے گیا تو دوسرا دوسری طرف!
زندگی کا خاصہ ہے روانی! اگر یہ ہے تو کوئی مصیبت۔ کوئی آفت تمہیں روکنے
کی ہمت نہ کرے گی۔ دریا کی طوفانی روانی اور جوانی کی طغیانی میں آج تک کس انجنیئر
نے پُل باندھنے کی ہمت کی ہے۔ وہاں راستہ کے پتھر بھی تو حائل نہ ہو کر روانی میں
تیزی کا اضافہ کرتے ہیں۔ کامیابی اسی میں ہے کہ تم مصائب سے گھبرا کر اپنے نشانہ
کو نہ چھوڑو اور نہ بھولو روانی کو! تمہارے دل میں وہ ہمت ہے۔ تمہارے جسم میں

وہ طاقت ہے جس سے ٹکرا کر سینکڑوں رکاوٹیں، آفتیں، شام کی رنگینی کی مانند غائب ہو جائیں گی۔!

مصائب کو مقابل میں کھڑا دیکھ کر اپنی اندرونی طاقت کو ٹٹولو۔ راستہ کی حائل آفتوں کو تولو۔ اسوئی طاقت کو بیدار کرنے اور بیدار ہمت کو استعمال کرنے کا موقعہ خود بخود آجائے گا۔ وسیلہ ہاتھ نہ آنے پر تم اپنی طاقت کی عظمت کو خود بخود بھول جاؤ گے۔ بنا آزمائش کی کسوٹی پر آئی ہوئی زندگی ـــــ صفحۂ حیات کا حرف مکرر ہے! اس کو زمانہ مٹا کر ہی چین لیتا ہے۔

طوفان طغیانی میں ہی آتے ہیں۔ شہسوار ہی گرتے ہیں۔ گھٹنوں کے بل چلنے والے بچے کہاں کیسے گریں گے؟ اس لیئے یہ علامتِ کامیابی ہے۔ تنزلی سے اٹھا کر ترقی کی طرف لیجانیوالی مصائب ہمارے ہمدم ہیں، دشمن نہیں۔ ان دونوں کے فرق کی واقفیت کا نام ہی سمجھداری ہے۔ گلوں کے شایق خاروں کے نوکیلے پن کو کب خیال میں جگہ دیتے ہیں! ؎

رفیقوں سے رقیب اچھے جو گھل کر نام لیتے ہیں!
گلوں سے خار بہتر ہیں جو دامن تھام لیتے ہیں!

زندگی کا لطف اٹھانے کے لیئے سانسوں کی محبت کو ترک کر دینا چاہیے۔ زندگی محض لینے کے لئے نہیں دینے کے لیئے ہے۔ جہاں دینے کے فعل میں سستی آئی۔ جینے کا مزہ کرکرا ہوا۔ ؏ ہوگی نہ قدر جان کی قربان کیئے بغیر!

اچھے بننے کے لیئے اچھے کام کرو۔ اور اچھے اعمال کرنے کے لیئے خیال خواب سے دماغ کو آباد کرو۔ مشکل اور آسان۔ مصائب اور آرام۔ محض خیال ہیں۔ غور کرو۔ سب کچھ عیاں ہو جائے گا!　　　ترشول بانڈی ایم اے

خیالات کے کرشمے

شری رویندر ناتھ رجسٹرڈ میڈیکل پریکٹیشنر

شیو پران میں انسان کے دماغ (من) کو زہر ہلاہل کا چشمہ بتلایا گیا ہے۔ بھارتی تن پر من کے ان اثرات سے ہزار ہا سال قبل واقف تھے۔ آیورویدکے پرانے سائینسدان چرک اور سشرت نے سائینس معالجہ میں اس کا زبردست سہارا لیا ہے۔ لیکن مغربی دنیا نے اس سے ابھی حال ہی واقفیت حاصل کی ہے۔ اس شاخ کو سائیکو سوما ٹیکس کہتے ہیں! سائیکو کے معنی ہیں دماغ اور سوما ہے جسم کا مشترکہ مطالعہ۔ جسم اور دماغ ایک دوسرے پر منحصر ہیں۔

ہم جو کچھ بھی کرتے ہیں اس کا ہمارے جذبات اور خیالات سے گہرا تعلق ہے۔ ہم کسی کو پیٹتے ہیں تو اس کا صاف مدعا ہے کہ اس فعل کے سرزد ہونے کے قبل ہمارے خیالات میں مارنے کا جذبہ موجود تھا۔ اس شاخ معالجہ کے مانے ہوئے معالج ڈاکٹر ی کا کہنا ہے۔ جو شخص جھوٹ گوئی یا جرائم کرنے میں ماہر ہے۔ وہ جرم کرتے وقت اپنے خیالات کی جدوجہد کو لاکھ کوشش کرنے پر بھی قابو میں نہیں رکھ سکتا۔ اس امر کی تصدیق اس کے متواتر درجہ حرارت سے ہو جاتی۔ جو ہر منٹ بدلتا رہتا ہے۔ خیالات کا جسم پر اتنا گہرا تاثر ہوتا ہے کہ اس کی بدولت کبھی کبھی دل میں درد۔ بدہضمی۔ دست۔ درد دانت۔ بڑھاپا وغیرہ کے آثار نمودار ہو جاتے ہیں ڈاکٹروں کا مشاہدہ ہے کہ جلنے۔ چوٹ لگنے وغیرہ کے معمولی حادثات کی جڑیں بھی ہمارے خیالات کا ہی ہاتھ ہے۔ بہت سے حادثوں میں تو لوگ پہلے ہی سے دل میں یہ جما لیتے ہیں کہ یہ واقعہ ہو کر ہی رہے گا اور آخر میں وہ ہو کر ہی رہتا ہے

کبھی کبھی دماغی کام کرنے کی طاقت کا جسم پر یہ اثر ہوتا ہے کہ جھوٹا حمل تک رہ جاتا ہے۔ اور اس کی جملہ علامات میں بھی ظہور میں آتے ہیں۔ کتیوں میں یہ بات زیادہ مشاہدہ میں آتی ہے۔

دل کی بیماریوں کے علاوہ کبھی کبھی سردی۔ کف۔ کھانسی۔ بلڈ پریشر۔ موٹاپا۔ یہاں تک کہ تپ دق کی بیماری کی جڑ میں بھی خیالات کا ہی ہاتھ ہے۔ کسی کی خراب مالی حالت کا نتیجہ یہ ہوگا کہ وُہ تفکرات سے محصور ہو جاوے گا۔ اور جسم میں کوئی نہ کوئی بیماری گھر جما لے گی۔ ایسی حالت میں اگر دماغی حالت کا جائزہ نہ لیا گیا تو معالجہ میں نمایاں کامیابی مشکل ہے۔ اس لئے اپنے خیالات، اور جذبات کو تندرست اور قابو میں رکھ کر ہی آپ اپنی زندگی کو خوشحال بنانے میں کامیابی حاصل کر سکتے ہیں! ——— گزشتہ پر کفِ دست نہ ملیں مستقبل کے متعلق سوچیں ضرور مگر اپنے کو اس کے گہرے سمندر میں غرقاب نہ کیجئے۔ جہاں زندگی کا کوئی نظریہ نہیں ہے۔ اس لئے جذبات کی لہروں میں تنکے کی مانند مت بہیئے! تبھی خیالات اور جذبات کی لڑائی کے میدان میں آپ محفوظ رہ سکیں گے!

ہنسیے!

"آج کل ہمارے کارخانہ میں کام بہت کم ہے۔ میں پرانے ملازموں کو ہی کام نہیں دے پاتا"۔ ــــ نوکری کے امیدوار کو مِل مالک نے جواب دیا۔

"آپ اس امر کی مطلق فکر نہ کریں۔ میں بہت کم کام کروں گا"۔

گاہک عطار سے:۔ "میں نے مانگا تھا کٹکی اور آپ نے دیا کچلا! میرے بھائی کی حالت خراب ہے"۔

عطار:۔ اگر وہ واقعی میں نے کچلا دیا ہے اور مجھے چار آنے اور دیجئے!"

گلدستہ! اس گلدستہ میں اُن پھولوں کو چُن کر جمع کیا گیا ہے جنہیں زمانہ خشک نہیں کر سکتا۔ وقت جن کی خوشبو کو چُرا نہیں سکتا۔ بدلتی دُنیا جن کی کشش کو کم نہیں کر سکتا۔ آپ انکی رنگ و بُو سے ہمیشہ مفرّح اور مسرور رہینگے۔ چہکیں مہکیں گے!

بھوک کیوں لگتی ہے؟ بھوک تندرست جسم کا مطالبہ ہے۔ ہمارا پیٹ ایک کھوکھلی نلی کی مانند ہے۔ اس کی دیواریں مدام متحرک رہتی ہیں یعنی آگے پیچھے ہوتی رہتی ہیں جب ہم خوراک نگلتے ہیں تو وہ اندر جاکر کچھ دیر تک انہیں متحرک ماسں کے پٹھوں سے ٹکراتی رہتی ہے اسی فعل کے باعث خوراک گلتی، پستی اور لعاب دار شکل میں تبدیل ہوتی ہے جس وقت خوراک معدہ میں موجود رہتی ہے اس وقت ہم اس فعل کا احساس نہیں کرتے لیکن جب معدہ خالی ہوتا ہے تب اس کے اندر مروّج فعل عیاں ہے کیونکہ پٹھوں سے متحد ناڑیاں دھکے کھا کر دماغ کو اطلاع دیتی ہیں اور ہم تکلیف محسوس کرتے ہیں۔ یہ تکلیف وہ احساس ہی ہیں فوراً کچھ کھانے کے لئے مجبور کرتا ہے۔ یہی بھوک ہے! —— سائنسدان الکسس کیرل کے الفاظ میں "آپ کیا ہیں؟" آپکے والد آباواجداد نے بھوک لگنے پر جو خوراک کھائی ہے۔ وہی ہیں آپ ہندوؤں نے اناج کو انادی ابدی برہم تسلیم کیا ہے۔ اُسے موجودہ سائنس ثابت کرتی ہے نسل محض خوراک ہے۔ اس کے علاوہ اور کچھ نہیں۔

منازلِ حیات:۔ مجھے خیال ہے اُن دل گرفتہ کلیوں کا
جنہیں نسیم سحر چھیڑ دے۔ کھلا نہ سکے!
کچھ ایسے درد بھی ہیں زندگی کی راہوں میں
جہاں حجاب تبسّم بھی کام آ نہ سکے!!
کرم کی آس کے سایوں میں بجھ گیا وہ چراغ
ہوائے یاس کے جھونکے جسے بجھا نہ سکے!
اندھیری شب بھی ستارے سے کیا سکوں ملتا
ستارہ بھی تو بہت دیر جگمگا نہ سکے!

(سلسلہ صفحہ ۹۸ پر)

ڈاکٹر سمپورنانند کا نعرۂ حق،

آیوروید و گیان مکمل اور سائنٹفک ہے!

کیندریہ سرکار نے آیورویدک نصاب تعلیم کے متعلق غور و خوض کرنیکی غرض سے ہندوستان کی جملہ پراونشل سرکاروں کے ذمہ دار ارکان کی ایک کمیٹی مقرر کی تھی۔ اُتّر پردیش کے چیف منسٹر ڈاکٹر سمپورنانند صاحب نے اس کے متعلق اپنے آزادانہ خیالات کا اظہار فرماتے ہوئے جن حقائق کو عیّاں کیا ہے۔ ناظرین پیغام آیوروید بھی اُن سے لُطف اندوز ہوں۔

ہمارے ملک میں آیورویدک نصاب تعلیم کیا ہو؟ اس سوال پر بھارت کی کیندریہ سرکار اور دیش کی دیگر پراونشل گورنمنٹوں کی کمیٹیاں غور و خوض کے بعد اپنی رپورٹ پیش کر چکی ہیں۔ ان کمیٹیوں کے ارکان نے نہایت محنت و جانفشانی سے جو سجھاؤ دئے ہیں ان میں کسی ایک کو عملی شکل دینا ممکن نہیں ہے۔ میرے خیال سے ان کمیٹیوں میں دو بڑے بھاری نقص تھے۔ (۱) یا تو اُن میں مجھ جیسے کم سمجھ لوگوں کی کثرت تھی۔ (۲) یا ایلوپیتھک ڈاکٹروں کی پردھانتا تھی۔ ان ڈاکٹروں کی خواہش خواہ کتنی نیک اور بے لاگ کیوں نہ ہو مگر اُن سے یہ امید نہیں کی جا سکتی تھی کہ اپنے طریق علاج سے علاوہ کسی دیگر طریق علاج کے متعلق ایسا مان سکتے ہیں کہ وہ کسی حقیقی اور بامعنی نصاب کا مضمون بن سکتی ہے لیکن پھر بھی ان لوگوں کے دماغ میں یہ خیال ضرور جاگزیں رہا ہے کہ آیوروید، طب یونانی اور ہومیوپیتھی بالخصوص آیوروید اور طب یونانی کو دیگر وجوہات سے نہیں تو سیاسی وجوہات کی بنا پر ہی سہی، یک لخت چھوڑنا ممکن نہیں ہے۔ اگرچہ یہ ممکن نہیں ہے کہ قابل لوگ

آیوردید اور حکمت کا مطالعہ کریں۔ اس کا نتیجہ یہ ہے کہ آیوردید کو کچھ عرصہ سے سہارا ملا ہے اور کچھ ویدھ سرکاری نوکریوں میں چھوٹی چھوٹی آسامیاں حاصل کر سکے ہیں لیکن اس کے علاوہ ایک بات اور ہوئی ہے جس کا مستقبل میں خوفناک نتیجہ ہو سکتا ہے خواہ یہ خواہش نہ بھی رہی ہو۔ مگر جو تعلیم آیورویدک کالجوں اور سکولوں میں دی جانے لگی ہے۔ اس کا یہ نتیجہ لازمی ہے کہ اعلےٰ تعلیم یافتہ ویدھ ہی علاج معالجہ کر سکیں۔ اس کے متعلق سرکار کا نکتہ نظر۔ بھارتیہ قدیم نظریہ کے مطابق ہی ہے سشرت کے فرمان کے مطابق ایک ویدھ کو شاستر کے تتوگیان اور عملیات میں ماہر ہونا چاہیئے۔ مگر ایسے عالم باعمل ویدھ کو بھی سرکاری اجازت کے بغیر علاج معالجہ نہیں کرنا چاہیئے۔ چرک نے تو یہاں تک کہا ہے کہ اگر کسی راجیہ میں نیم حکیموں کو علاج معالجہ کی کھلی چھٹی ہو تو اس حکومت کی اپنے فرائض سے لاپرواہی ہی باعث کہا جا سکتا ہے۔ ایسے نیم حکیم سماج کے لئے کانٹا ہوتے ہیں اور ایسے کانٹے کو فوراً نکال کر پھینک دینا چاہیئے۔ لیکن جیسا کہ میں نے ابھی کہا ہے یہ ٹھیک ہی ہوا ہے کہ مناسب تعلیم کی ضرورت پر اتنا زور دیا گیا مگر اس تعلیم کا روپ کیا ہو؟ اس طرف اتنا دھیان نہیں دیا گیا جتنا کہ ضروری تھا۔

نیم حکیموں کی نئی پود

ان سب باتوں کا نتیجہ نہایت ہی خطرناک ہوا ہے۔ نیم حکیموں کی ایک نئی قسم پیدا ہو گئی ہے۔ گزشتہ کچھ برسوں میں آیورویدک کالجوں سے جو ویدھ تعلیم حاصل کر کے نکلے ہیں اُن کو نیم حکیم کہنا شاید تلخ حقیقت اور مبالغہ ہو لیکن انہیں اور مناسب نام کیا دیا جائے؟ یہ میری سمجھ میں نہیں آتا۔ یہ لوگ ویدھ نہیں مانے جا سکتے۔ انہیں آیوروید میں کسی قسم کی دلچسپی نہیں ہے اور وہ برملا آیوروید کو ان سائینٹفک کہکر اسکی تضحیک کرتے ہیں۔ گیان کے متعلق اُنکی اپنی قابلیت نہایت ہی کمزور ہوتی ہے اور سائینٹفک

ہونے کا گھمنڈ کرنے میں انہیں ذرا بھی شرم نہیں آتی - ادھورا علم خطرناک ہوتا ہے - چونکہ آیوروید آچاریہ کہلانے میں وہ اپنی ہتک سمجھتے ہیں اور اُن کی خواہش یہ رہتی ہے کہ ان کو ڈاکٹر کہا جائے اور اُنہیں ایسی ڈگریاں دی جائیں جو بولنے میں ایلوپیتھک کالجوں کے گریجویٹوں سے ملتی جلتی ہوں حقیقت میں وہ ایلوپیتھک بھی نہیں ہیں اور اُن کا تعلیمی سٹینڈرڈ ایم بی - بی - ایس ڈگری یافتہ گریجویٹوں سے کہیں کمتر ہے - (وہ لوگ آدھے تیتر آدھے بٹیر کی مانند ہیں) - اس لئے وہ لوگ اپنے آپکو نا امیدی کے گہرے گڑھے میں گرا ہؤا پاتے ہیں - کیونکہ سماج نے انہیں ڈاکٹروں کے برابر جاننے یا سمجھنے کی غلطی نہیں کی - یہ لوگ اُن لوگوں کی غلطی کے شکار ہوئے ہیں (جنہوں نے غلط اور بالکل غیر مناسب نصاب تعلیم مقرر کیا تھا) جن کا یہ فرض تھا کہ اُن کے لئے مفید اور مناسب نصاب تعلیم بناتے - ان بدقسمت لوگوں کے ساتھ ہماری ہمدردی تو ہونی چاہئے - لیکن یہ غلط بات ہوگی اگر ہم اُن سے یہ امید رکھیں کہ یہ لوگ سماج کی صحت اور معالجاتی ضروریات کو پورا کر سکیں گے - میری رائے میں جس نئے طریقہ تعلیم نے ان کا ناش کیا ہے اُسے جاری رکھنا بڑا بھاری گناہ ہوگا -

ایکی کرن یعنی ملانے کا سوال

جس حالت میں آج ہم اپنے کو پاتے ہیں اُس کی ذمہ داری اُن لوگوں پر ہے جنہوں نے یہ فیصلہ کیا کہ آیوروید کے طالب علموں کو انٹر گریٹیڈ طریق پر تعلیم دی جائے معالجہ کے متعلق میں خود ایکی کرن یعنی ملاپ کے حق میں ہوں - کیونکہ انسانی جسم اور دماغ اس قدر اہم چیزیں ہیں کہ اُن کو مختلف طریق ہائے علاج کا اکھاڑہ نہیں بنایا جا سکتا - میری رائے میں ایک ہی طریق علاج سائنٹفک ہو سکتا ہے - اس طریق علاج کے فارماکوپیا میں سینکڑوں طریق علاج سے ادویہ لی جا سکتی ہیں

کسی خاص دوا کا استعمال کسی خاص مرض پر تو مفید ہو سکتا ہے مگر وگیانک بننے کے لیے کسی بھی طریق علاج کو مقررہ اصولوں پر کاربند ہونا ضروری ہے۔ وگیان اور عملی گیان میں یہی ایک فرق ہے۔ محض تجربات پر منحصر گیان سے وگیان اسی لیے اہم ہے کہ اس میں قدرتی اصولوں کی پابندی ہوتی ہے۔ جب متواتر تجربات کے بعد قدرتی اصول کو سمجھ لیا جاتا ہے تو ہم کو ایسے اصولوں کی بھی سمجھ آجاتی ہے جو ابھی بظاہر تجربہ میں نہیں آئے ہیں۔ خواہ آپ اسے پیشین گوئی بھی کہہ سکتے ہیں۔ اس نظریہ سے اگر آیوروید اور ایلوپیتھی کا ملاپ ہوتا تو وہ حقیقی ملاپ ہوتا۔ مگر اس قسم کی کوشش نہ تو سنٹرل حکومت کی طرف سے اور نہ ہی پراونشل حکومتوں کی کمیٹی کی طرف سے کی گئی اور نہ ہی کسی ایلوپیتھک یا آیورویدک کالج میں اس قسم کی کوشش کی گئی حقیقت میں ایکی کرن یا ملاپ کا مطلب صرف ماڈرن طریق علاج کی ایک چادر کا آیوروید کی کمزور چادر کے ساتھ اڑانا محض ہی تھا۔ اصل حقیقت یہ ہے کہ یہ مان لیا گیا ہے کہ آیوروید ایک اَن سائنٹفک اور نامکمل ہے اور اس میں زندگی ڈالنے کے لئے ایلوپیتھی کا ایک تیز پُٹھ دینا ضروری ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ ایلوپیتھی نے آیوروید کی طرف ملاپ کے لیے ایک قدم بھی آگے نہیں بڑھایا۔ آیوروید کی ہی شکل تبدیل کی جا رہی ہے۔ اس کو ملاپ یا ایکی کرن نہیں کہا جا سکتا۔ میرے خیال میں اگر یہی طریق کار رہا تو تھوڑے ہی عرصہ میں آیوروید کا نام و نشان صفحۂ ہستی کر مٹ جائیگا اور محض کچھ ادویہ کا نام ہی باقی رہ جائیگا۔ ہاں یہ یاد رکھنا چاہیے کہ مغربی ممالک میں سرپ گندھا وغیرہ کچھ ایک آیورویدک ادویہ کے استعمال کا یہ مطلب ہرگز نہیں ہے کہ ایلوپیتھی کا آیوروید کے ساتھ ملاپ ہو رہا ہے۔ یہ نہایت افسوس کی بات ہے کہ کچھ ایک اونچے ویدوں نے بھی مناسب وقت پر اس خوفناک حالت کو نہیں پہچانا اور بلا سوچے سمجھے ہی اس ملاپ کے حامی بن بیٹھے۔

خاص اصولی کسوٹی میری اپنی رائے اس کے متعلق یہ ہے کہ آیوروید وگیان بالکل سائنٹفک ہے۔ اور یہ مردہ وگیان نہیں ہے ایک وقت تھا جبکہ ویدّ لوگ محض کاشٹھ اوشدھیوں (جڑی بوٹیوں) پر ہی انحصار رکھتے تھے۔ بعد ازاں ناگ ارجن وغیرہ ودوانوں نے رس رسائن ادویہ کا استعمال کرنا شروع کیا۔ ان رسائنوں کے استعمال کرنے کو اگر رسائن شاستر کا آیوروید کے ساتھ ایکی کرن کہیں تو یہ ٹھیک نہ ہوگا بلکہ صرف یہی کہا جاسکتا ہے کہ ویدوں نے رسائن ادویہ سے فائدہ اٹھایا۔ اس لئے میری صائب رائے یہ ہے کہ آیوروید میں سینکڑوں ایسی ادویہ کا استعمال ہونے پر بھی بیشتر ایسی ہیں جن سے ویدّ لوگ ناواقف تھے۔ آیوروید اپنی عظمت کو نہیں بھلا سکا۔ چرک اور سشرت جیسے آیوروید کے آچاریوں نے تو یہی کہا ہے کہ ویدّ کو ہمیشہ نئی نئی ادویہ کی کھوج اور ریسرچ کرنی چاہیئے اور اس کھوج کے لئے جنگل میں رہنے والے لوگوں سے امداد حاصل کرنی چاہیئے۔ مگر شرط یہ ہے کہ ویدّ ہر ایک اوشدھی کو آیوروید کی کسوٹی پر پرکھے۔ پنسلین یا کلورومائی سین کا استعمال صرف اس لئے ہی نہ کیا جائے کہ کچھ لوگوں کے خیال میں یہ بہت ہی مفید ثابت ہوئی ہیں۔ ویدّ کو ان کا پریوگ اُس وقت ہی جائز ہے جب کہ یہ چیزیں تردوش سدّھانت کی کسوٹی پر کس لی جائیں اور سولہ آنے مفید ثابت ہوں۔

آیوروید میں اوشواس پیدا کرنے میں سب سے زیادہ انہی کے ہی نام لیوا ویدوں کا ہاتھ ہے جو اس کی غلط ودیا کھیا کیا کرتے ہیں اور اُسکے حقیقی ارتھوں کو سمجھنے کی تکلیف گوارا نہیں کرتے۔ وات پت کف کو اگر کوئی ویدّ ہوا زرد رنگ کا رس جو کبھی کبھی پیٹ کی خرابی کے باعث باہر آجاتا ہے اور کف کو محض سفید رنگ کی بلغم سمجھے تو وہ اپنے کو ہی نہیں بلکہ آیوروید کو تحت الثرا لے جاتے ہیں

لے جاتا ہے۔ اسی طرح اگر کوئی یہ سمجھتا ہے کہ آکاش۔ پانی۔ آگ۔ ہوا اور زمین یہ صرف آسمان، ہوا، پانی، آگ اور مٹی کے ہی نام ہیں اور پھر اگر لوگ اس کا مذاق اُڑائیں اور آیوروید سے نفرت کرنے لگیں تو اس میں حیرانی کی کیا بات ہے۔ تین دھاتوئیں کیا ہیں؟ یہ سمجھنے کے لئے بھارتیہ درشن شاستر کا تھوڑا بہت علم ہونا نہایت ضروری ہے۔ اسی لئے ویدوں کے نصاب تعلیم میں درشن شاستر کا پڑھنا بھی ضروری سمجھا جاتا ہے۔ جیسا کہ ہم سب جانتے ہیں کہ پرماتما کی پراشکتی کے تین روپ ہیں۔ گیان۔ اچھا (خواہش) اور کریا (حرکت)۔ جیوں جیوں سرشٹی کا سلسلہ آگے بڑھتا ہے۔ پراشکتی پردھان یا مُول پرکرتی کے رُوپ میں ظاہر ہوتی ہے۔ جس کے تین بھید ہیں۔ ست۔ رج اور تم۔ یہ تینوں گُن سرشٹی کے ہر ایک جڑ و چیتن پدارتھ میں پائے جاتے ہیں۔ منو وگیان کے طبقہ میں یہ کاگنی شن۔ افیکشن اور کونیشن یعنی بھاونا۔ سم ویدن اور کریا پرورتی یعنی حرکت کی شکل میں ظاہر ہوتے ہیں۔ غیر ذی شعور سرشٹی کے ہر ایک چھوٹے بڑے پدارتھ میں یہ تین گُن پائے جاتے ہیں۔ انسانی جسم میں یہ تین چیزوں کی شکل میں رہتے ہیں۔ جن کو وات، پت، کف کے نام سے موسوم کیا گیا ہے۔ یہ تین طاقتیں ہی انسانی جسم کی حرکات و سکنات کو ایک قاعدہ میں رکھتی ہیں۔ خواہ اُن کا تعلق اعصاب سے ہو خواہ اُن کا تعلق اعصاب سے ہو، خواہ ہاضم وغیرہ رسائن تبدیلیوں سے ہو۔ خواہ نروس سسٹم سے! جن کو ہم عام بول چال میں وات، پت کف کہتے ہیں۔ یہ جسم سے تعلق رکھنے والے تین اخلاط ہیں۔

پانچ مہا بھُوت یا پانچ عناصر قدیم آیوروید درشن شاستروں کا پانچ مہا بھوت کا سدھانت مکمل طور پر وگیانک یعنی سائینٹفک ہے اور اس کے متعلق کئی لوگوں نے گہری ریسرچ کی ہے۔ مثال کے طور پر میں نہایت ادب و احترام کے ساتھ ناظرین کا دھیان اس مضمون کے اُس

بیان کی طرف دلاتا ہوں جس کو میں نے اپنی تصنیف "چدولاس" میں کیا ہے۔ جو ویدمہا بھوتوں کی اُس حالت سے چمٹا رہنا چاہتا تھا۔ جس کو درمیانی زمانہ کے مصنفین نے بیان کیا تھا۔ جب کہ سیاسی غلامی کا دور دورہ تھا اور ریسرچ و نئی دریافتوں کے لئے کسی قسم کی بھی سہولیات نہ تھیں۔ وہ اپنی ودیا کی کوئی خدمت نہیں کرتا۔ نقص قدیم رشیوں کی تصانیف کا نہیں بلکہ نئے نئے مفسرین کی تفاسیر اور طریق کار کا ہے۔ میں سائنس کا ایک تجھ ودیارتھی ہوں اور اپنی پوری طاقت سے ببانگ دہل کہہ سکتا ہوں کہ تردوش سدھانت کی بنیاد اتنی ہی مستحکم و پختہ ہے جس قدر کہ کسی بھی طریق علاج کے سدھانت کی ہو سکتی ہے۔ یہ اُن طریقوں کو بتلاتا ہے جن سے سواسیتھ کی رکھشا ہو سکتی ہے۔ تردوش یعنی وات، پت، کف کی سہایتا سے ویدلکشنوں یعنی علامات کو سمجھ کر یہ پتہ لگا سکتا ہے کہ جسم کا اندرونی بگاڑ کیونکر ہے جس سے یہ علامات پیدا ہوئی ہیں اور جسم کے لئے کس دوا یا غذا کی ضرورت ہے یہ بھی پوری طرح سمجھ میں آجاتا ہے۔

ندان یعنی اسباب امراض کے ماڈرن طریقوں کو اگر ایک وید اپنالے تو یہ بالکل مناسب ہی ہے اور اس میں کوئی ہرج نہیں۔ لیکن یہ یاد رکھئے کہ جراثیم اور رسایناک طریق اُس کے نکتہ نظر سے بیرونی علامات کے علاوہ کچھ بھی نہیں ہے۔ یہ محض اس امر کی طرف اشارہ کرتے ہیں کہ جسم کے اندر غیر معتدل اور بے قاعدگی پیدا ہوگئی ہے۔ آیوروید کے متعلق ماڈرن طریق تعلیم کے ساتھ یہ کوشش ہونی چاہیئے کہ ایک وید کا آیوروید کے متعلق کھویا ہوا وشواس لوٹ آئے اور اُسے یہ حق الیقین ہو جائے گا کہ آیوروید حقیقتاً مکمل اور سائینٹفک ہے۔ ماڈرن سائنس نے جن حقائق کو کھوج نکالا ہے اُن کو ماننے سے وید اپنے یا اپنی ودیا کے وقار کو نہیں بڑھاتا۔ جو حقیقت ہے وہ تو حقیقت ہی رہے گی۔ اور جو شخص اُس سے

منہ موڑتا ہے۔ اسے اپنے اس شُترمُرغی فعل کی بھاری قیمت ادا کرنی ہوگی۔

آیورویداور سرجری

رسائن، جسمانی بناوٹ۔ جیو شاستر، سائیکلوجی۔ جراثیم تھیوری وغیرہ شاستروں کا کسی طریق علاج سے خاص تعلق نہیں ہوتا۔ ایک وئید اُن کو اپنا حق سمجھ کر اُن سے اسی طرح مستفید ہو سکتا ہے۔ جس طرح کہ ایک ایلوپیتھک ڈاکٹر! مگر وئید کو اپنے بنیادی اصولوں کو کبھی بھی نہ بھولنا چاہیئے اور ان شاستروں یا علوم کا اپنے نکتہ نظر سے پریوگ کرنا چاہیئے۔ سرجری کے متعلق بھی یہی بات صحیح ہے۔ ایک زمانہ تھا جبکہ وئید کے طریق علاج میں سرجری کو خاص اہمیت حاصل تھی۔ سشرت مہاراج کے بتلائے ہوئے طریقے آج بھی عزت کی نگاہ سے دیکھے جاتے ہیں مگر کچھ خاص وجوہات کی بنا پر مَیں یہاں اُن کو ظاہر نہیں کروں گا کہ کیوں سرجری کا طریق علاج وئیدوں میں بند ہو گیا تھا۔ یہ خیال اب بالکل دور ہو جانا چاہیئے اور آیورویدک نصاب تعلیم میں سرجری کا لازمی حصّہ ہونا چاہیئے۔ اس کے متعلق بھی مَیں پھر ایک خاص نکتہ کی طرف دھیان دلانا چاہتا ہوں اور وہ یہ ہے کہ صدیوں پیشتر کی تصانیف میں بیان کردہ سرجری کے اوزاروں کو آج اگر کوئی استعمال کرنے کے لئے کہے تو اس سے بڑھ کر بیوقوفی کی بات کوئی نہ ہوگی۔ جیسا کہ زمانہ حال کا ایک ایلوپیتھ معالج آج سے پچاس سال پیشتر استعمال کئے جانیوالے سرجیکل اوزاروں اور طریقوں کو چھوڑنے میں آزاد ہے اور ایسا کرنے سے اس کی علمیت، شہرت اور حذاقت میں کوئی کمی نہیں آتی۔ تو کوئی وجہ نہیں کہ وئید کو ہزاروں سال کے پرانے اوزاروں طریقوں اور ذرائع کو کام میں لانے کے لئے مجبور کیا جائے۔ سرجری کے میدان میں جو نئی نئی دریافتیں ریسرچ اور اوزار تیار ہوئے ہیں اُن کو وئید بھی اگر کام میں لاتا ہے تو آیوروید اور ماڈرن سرجری طریق علاج میں کوئی اختلاف

نہیں ہو سکتا۔ لیکن میری یہ پختہ رائے ہے جس کو مَیں پھر دوہراتا ہوں اور وہ یہ ہے کہ ماڈرن ادویہ کے استعمال کی تعلیم آیورویدک نصاب تعلیم کا حصّہ ہرگز نہیں ہونی چاہیئے۔ جب تک کہ ان ادویہ کی افادیت آیورویدک سدھانتوں کی کسوٹی پر آزمائی نہ گئی ہو اور آیوروید میں اُن کا داخلہ نہ ہو گیا ہو۔ ٹھیک اسی طرح جس طرح کہ منہضم غذا اپنی آزاد ہستی کو کھو کر ہمارے جسم کا حصّہ بن جاتی ہے مگر جو اپنی آزاد ہستی بنائے رکھنا چاہے اور اپنی اہمیت کا ڈھنڈورا پیٹتا رہے۔ وہ بالکل بیگانی چیز ہے اور آیورویدک طریق علاج سے دُور رکھنے لائق ہے۔　　(باقی)

اِنکی بھی آزمائش کیجیے!

لال پکی سیاہی:- ۵ سیر کچی لاکھ کو نصف سیر پانی میں گھول کر اچھی اچھی طرح ابال لیجیے۔ بوتل میں بند کر رکھیے اور استعمال کیجیے!

کانچ جوڑنیکا مصالح:- آئسنگ گلاس ا تولہ کو ایسٹک ایسڈ ۳ تولہ میں گلا کر شہد سا گاڑھا کر کے اسے لگا کر جوڑنے سے کانچ کی ٹوٹی چیزیں جڑ جاتی ہیں۔

امِٹ الفاظ:- لکھنے کے کاغذ کو گیلاک ایسڈ میں بھگو کر سکھائیں۔ اس پر لکھا ہُوا آسانی سے مٹنے والا نہیں۔

مکھیاں بھگائیے:- آم کے سُوکھے پتّے جلانے سے مکھیاں بھاگ جاتی ہیں۔

چینی کا شربت:- جاڑے میں چینی کے شربت سے پھٹنے والے ہاتھ پاؤں کو دھونے سے فائدہ ہوتا ہے۔

اُونی کپڑوں کی عُمر بڑھائیے:- قدرے پھٹکڑی اچھی طرح کھرل کر کے کپڑوں پر ہلکی ہلکی چھڑک کر تہہ کر کے رکھ دیجیے۔ عُمر دگنی ضرور ہو جائے گی۔

مسئلۂ تردوش

بگڑے وایو کی شرارتیں۔ اُس کے جسم پر تاثرات وایو کے بگڑنے اور ساکن رہنے کے اوقات غصّہ ہونے والوں کو ساکن کرنے کی تدابیر۔ انسانی اعمال سے اس کے مزاج کا پتہ لگانے کے طریقے۔ ڈاکٹر شری ایس۔این چٹوپادھیائے ایم۔ اے کے مضمون کی دوسری قسط!

۱۔ پیٹ کی وایو بگڑی۔ پیٹ کے دونوں جانب دل کے نزدیک درد پیدا ہوا۔ قے مرگی کے دورے۔ پیاس اور (Vomits) کی شروعات ہو گئی۔

۲۔ آنتوں میں بگاڑ ہوا۔ گڑگڑاہٹ کی آوازیں پیدا ہوئیں۔ قبض نے پلّہ پکڑا۔ مختلف مقامات میں بے درد۔ درد کا آغاز ہوا۔

۳۔ حواس خمسہ میں کہیں بھی وایو کی گڑبڑی ہوئی۔ ان کے وظائف میں خرابی واقع ہوئی۔ مثلاً سونگھنے دیکھنے اور سُننے میں خلل پڑا۔

۴۔ بگڑا وایو جِلد میں خشکی، کھردرا پن۔ پھٹنا، درد وغیرہ تکالیف پیدا کر دیتا ہے۔

۵۔ یہ اگر خون میں پہنچ گیا تو پھوڑے، ناسور جو کچھ بھی ستم ڈھائے کم ہے۔ اور گوشت میں پہنچکر تو رسولی (Tumour) اور ساتھ ہی درد پیدا کر دیگا۔ چربی میں بھی یہی شکایات ہونگی۔ درد ساتھ نہ دے دوسری بات ہے!

۶۔ نسوں کے اندر کھنچاؤ کے ساتھ درد اور سوجن۔ بندھنوں (Ligamau) میں مروڑ۔ سن جوڑوں میں پہنچکر ان کے سکڑنے کی طاقت غائب کر درد

بھری سوجن کا اظہار کرے گا۔

۷۔ مجّا (marrow) کے اندر اگر بگڑے وایو کا داخلہ ہو گیا تو اُسے خشک کر کے تمام جسم میں وہ شدّت کا درد پیدا کرے گا۔ جس کا دُور ہونا محال ہے۔

۸۔ منی پر قبضہ جما تو وہ بگڑی۔ احتلام کا آغاز ہُوا۔ اگر تمام جسم اور اس کے نظام پر اس کا حملہ ہُوا تو فالج۔ سوجن اور درد کی جاگیریں ملیں۔

۹۔ غصّہ ہُوا وایو پت کی رہائیش میں داخل ہُوا۔ گرمی جلن۔ بیہوشی کی آمد ہوئی۔ یہی حال اگر کف کے ساتھ کیا تو ٹھنڈک سوجن اور بھاری پن کے علامات ظاہر ہوئے۔

۱۰۔ بگڑا ہُوا وایو۔ ناخن کا پھٹنا۔ ٹانگوں کے پھوڑے اور درد اس کا ٹوٹنا۔ ٹانگوں کا فالج۔ ٹخنوں کا درد۔ تلوؤں، زانو اور عرق النسا کا درد پیدا کرتا ہے۔ بواسیر خصیوں کی خارش۔ ٹانگوں کا لقوہ۔ بونا پن، اختلاج القلب فوطوں کا بڑھنا۔ سینہ کا سکڑنا۔ درد۔ جبڑے کا اجماد۔ آنکھ۔ دانت کا درد۔ وغیرہ اسّی بیماریاں پیدا کر کے جسم کو ہسپتال میں بدل سکتا ہے

بگڑی ہوئی وایو کے اثرات یہ پیٹ اور آنتوں میں جمع ہو جاتی۔ تمام جسم میں درد پیدا کرتی۔ اسے سُست بنا کر تھکان اور غنودگی کا عالم طاری کرتی۔ کپکپی۔ سوجن۔ بے چینی۔ پیاس متلی۔ بے خوابی۔ جمہائی۔ خشکی۔ کمی بینائی۔ مروڑ پیدا کرتی ہے جلدی خرابی۔ تردوش۔ سنپات۔ اعضاء کو بدنما بنانے کا باعث بنتی اور عجیب آوازیں سُنائی پڑتی ہیں۔

اوقات بگاڑ:۔ عام طور سے موسم سرما۔ آسمان کے بادلوں سے گھرے

رہنے پر طوفان بارش۔ دن کے سہ پہر۔ شب کے آخری پہر اور خوراک ہاضمہ کے بعد۔ کے اوقات میں ہی وایو کے بگڑنے کا احتمال رہتا ہے۔

بگڑی وایو کا مزاج پر اثر بگڑے وایو کے باعث انسانوں کا مزاج گرم موسیقی کا شوقین ہتھیلی اور پیر کے پھٹے تلوے۔ دانت پیسنے کا عادی۔ بے صبر۔ جسم پر نسوں کا ابھار۔ باتونی۔ تیزی سے چلنے والا۔ خرچیلا۔ نیند میں اچٹنے والا۔ کھر کھری۔ بھدی جلد۔ اس کے عادات و خصائل میں بکرے۔ گدھے۔ گیدڑ۔ چوہا۔ کتا۔ خرگوش۔ کوا کے کچھ نہ کچھ خصائل ضرور موجود ہوں گے۔

مزاج کیسا ہے؟ حیوانات منویہ اور بیضہ بشریہ کے اتحاد سے استقرار حمل ہوتا ہے۔ وات، پت اور کف دوشوں کی جسم میں موجودگی کے باعث یہ دوش حمل کو متاثر کرتے ہیں۔ اگر پیدائش کے وقت وایو کی زیادتی ہوئی تو وایو کے اوصاف کی مزاج میں زیادتی نہ ہوگی۔ ورنہ کف اور پت میں سے کسی ایک کی۔

وایو کو اعتدال پر لانیکے طریقے گرم۔ شیریں، نمکین چیزوں کا استعمال تیل کی مالش۔ تیل۔ گھی۔ شراب۔ شوربا۔ نسیہ۔ قیمتی خوراک۔ مسہل۔ گہری نیند۔ مرغن چیزوں کی خوراک میں شمولیت سورج کی شعاعوں اور ٹھنڈے پانی سے غسل۔ انیما کا استعمال وغیرہ ایسی چیزیں ہیں جن سے وایو معتدل ہو جاتا ہے۔ موسم خزاں بھی وایو کے سکون کا موسم ہے۔ بگڑا وایو کف اور پت کو بھی بگاڑ دیتا ہے

پس وایو کو اعتدال پر رکھنا ہی صحت کا راز ہے۔ اگر یہ اپنی اصلی حالت پر قائم رہے گا تو کف اور پت باقاعدہ جسم کی نشوونما میں مشغول رہیں گے +

لختِ جگر کا خیال رکھیں!

اگر آپ کسی بچہ کے باپ ہیں تو اس کی پرورش اور تعلیم و تربیت کی بھی ذمہ داری آپ پر ہے۔ آپ کو اس کے متعلق کیا کرنا چاہیئے اور کیا نہ کرنا چاہیئے؟ یہ آج ہی ذہن نشین کر لیں۔ اُنہیں احکام کی تعمیل کرنے والا بنائیں تاکہ بڑے ہو کر ان کی زندگی کامیاب اور خوش و خرم بن سکے!

کریں!

—— بچہ اگر کچھ کر رہا ہے اور آپ اس سے کچھ کہنا چاہتے ہیں تو آپ کی طرف راغب ہونے کے لئے کچھ وقت کی ضرورت ہے اسے کبھی نہ بھولیں۔

—— آپ کے احکامات صاف اور سیدھے ہوں۔

—— اپنا مقصد صاف ظاہر کریں۔ آپ حکم دے رہے ہیں۔ تجویز پیش کر رہے ہیں یا کچھ دریافت کر رہے ہیں؟

—— طفلانہ غلطیوں اور مستعدی سے تعمیل احکام پر غور کریں۔

—— وہی حکم دیں جن کی تعمیل ہو سکے۔

بچنے کی کوشش کریں:-

—— حکم عدولی پر قہقہہ نہ لگاویں۔

—— دھمکی۔ رشوت اور جھڑکی سے کسی احکام کی تعمیل نہ کراویں۔

—— بچہ کی موجودگی میں اس کی شکایت نہ کریں۔

—— خود بچہ کے سامنے بچہ نہ بنیں

یاد رکھیں :-

— بچے کے دماغ کو بوجھل اور پریشان نہ کریں۔غیر ضروری احکام نازل کر کے !

— احکام جاری کر کے اُسے فوراً تبدیل نہ کریں !

— کبھی اُسی چیز سے انکار اور فوراً بعد اقرار نہ ہو۔

— غلطیوں اور وقوعات کے لئے مجرم نہ ٹھہراویں۔ جسے اس نے دیدہ دانستہ نہیں کیا۔

اِس پر بھی غور کیجئے !

- شباب کے آغاز میں چہرے پر مہاسوں کا نمودار ہونا اس امر کی تصدیق کرتا ہے کہ آپ کے خون میں تیزابی مادہ کا تناسب زیادہ ہے اور کھارا پن کم۔ اس لئے پھل اور سبزیوں کے ذریعہ خون میں نمکیات کا اضافہ کیجئے !
- کھانسی جسم کے اندر جمع ہوئے سمیات (TOXIN) کا اظہار کرتی ہے یہ زہر بلغم کی شکل میں خارج ہونے کے لئے بیزار ہے۔ آپ اس کے راستہ کا روڑہ نہ بنیں۔ فاقہ کریں۔ گرم پانی پیئیں اور نتیجہ کا انتظار کریں !
- آنکھوں کے کالے دھبے پکار رہے ہیں کہ آپ حاجت سے کم پانی کا استعمال کرتے ہیں۔ اس کنجوسی سے کیا فائدہ ؟
- جاندار جسم کی بنیاد ہے پروٹو پلازم - یہ تین حصوں میں منقسم ہے۔ پروٹین کاربوہائیڈریٹ اور چربی۔ ان کے ٹھیک تناسب میں رہنے سے آدمی زندہ رہتا اور تناسب بگڑنے سے موت !

(کچھ حصہ ۴۲ صفحہ پر)

جنسی بھوک!

مغربی جنسی ماہرین کا غلط نظریہ مشرقی علماء کا صحیح مشاہدہ۔ ناتمام جماع کے باعث زندگی میں بدمزگی کا دوامی اثر۔ اس کی اصلاح کا بادلیل طریقہ۔ ڈاکٹر شری ترلوچن کا پُراسرار مضمون ——— کامیاب زندگی کے راز!

نازک اور سخت۔ شکیل اور بدصورت۔ جاندار۔ ہیجان کی جستجو ہی حیات ہے۔ پیار کرنے۔ دل لگانے۔ وقت کاٹنے کے لئے ہم ہر دم تلاش کیا کرتے ہیں نیا چہرہ! سانسوں سے جڑا۔ اعصابی تاروں سے بُنا۔ لہروں پر جلنے والی شمع زندگی کا بھروسہ کیا؟ فطرت نے ساخت زندگی بڑے اُلجھے طریقہ سے کیا ہے۔ پھر بھی زندگی پاکر۔ یہاں آکر سُرخرو بننے کی خواہش تیز ہو ہی جاتی ہے۔ قدرت کی نقاب کشائی کے لئے سعی کرنا ہی پڑتی ہے۔

لیکن شبنم کے قطروں سے دُھلے گلاب کے مانند دہن دیکھ کر۔ ہونٹوں پر کھیلنے والے تبسّم کا تقاضا سُن کر۔ جوان اپنے اصلی جامہ میں آجاتا ہے۔ زر اور زن کے سامنے کبھی جو نہ جُھکے وہی مرد ہے۔ عورت تو ناقص انسان کی تکمیل کرتی ہے نہ؟ ان دو کو آپس میں جو طاقت کھینچ کر ملاتی ہے اُسے زبان سنسکرت میں کام کہتے ہیں جس کے معنی ہیں خواہش! زندگی کے چار ستون ہیں۔ ارتھ (دولت)۔ دھرم۔ کام اور نجات۔ ان چار میں سے اگر آپ کے پاس ایک بھی نہیں تو زندگی ہی بیکار ہے! یہی تو جسم اور دماغ کو متحد کرتا ہے لیکن فرائڈ

کے مطابق کام رام نہیں — ہے ایک ستون حیات!

ہمارے وجود کا باعث ہے بیضہ بشریہ اور حیوانات منویہ کا اتحاد! اس اتحاد میں بھی دو جز ہیں اشتہا یا شہوت اور تناسل یا حصول اولاد۔ دونوں چیزوں سے فعل جماع کی تکمیل ہوتی ہے! آلہ جماع سے حصول لذت ہوتی ہے۔ تو انڈکوشوں کے ذریعہ حصول اولاد کا منشاء مکمل ہوتا ہے۔ عورت کے اندر ان وظائف کو سرانجام دینے کا کام کرتے ہیں بظر اور خصیتہ الرحم۔ موجودہ مضمون کا منشاء ہے۔ طاقت جنسی اور شہوت کا ہر دو ساتھیوں میں اندازہ۔ کس میں یہ طاقتیں زیادہ ہیں اور کس میں کم!

مغربی سائنسدانوں کی رائے میں عورت کے اندر شہوانی جذبہ تناسلی خواہش سے بہت کم ہوتا ہے جبکہ مردوں میں ہوتی ہے اس کی زیادتی۔ اسی لئے فعل مجامعت میں مرد فاعل کا کام کرتا ہے اور عورت رہتی ہے مفعول۔ عورت اس امر میں محض ماں بننے کی خواہش سے شامل ہوتی ہے۔ سائنس جرائم کے قدیم ماہر لامبروسو کا یہ خیال ہے۔ (ڈاکٹر VOLLA KLEiN) عورت کو شہوانی شہزور تصور کرنا ہی بیوقوفی سمجھتے ہیں۔ فرایڈ بھی اپنے مجلسی قدیم نکتہ نگاہ سے متعصب ہوئے بغیر نہ رہ سکا۔ وہ کہتا ہے کہ عورت کا شہوانی جذبہ کمزور ہوتا ہے!

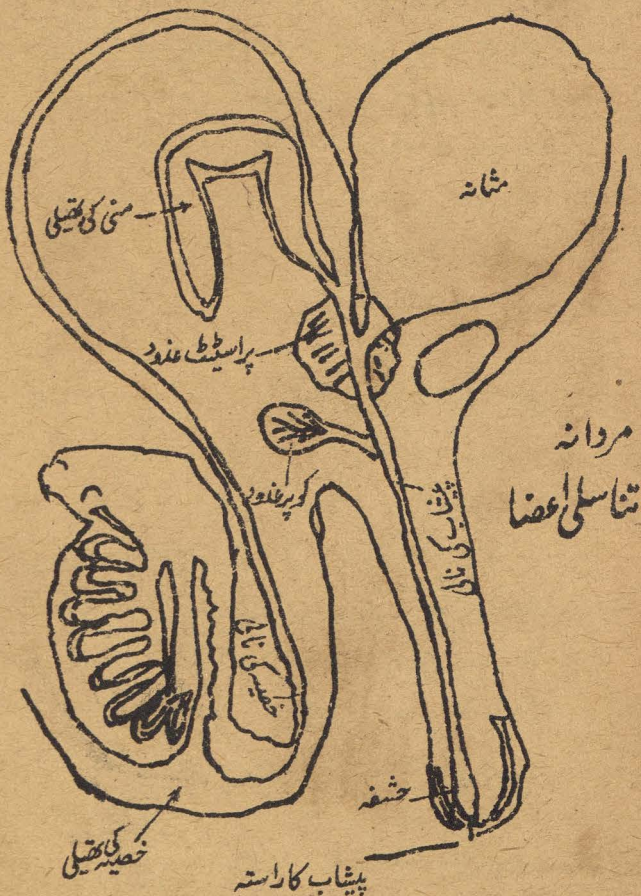
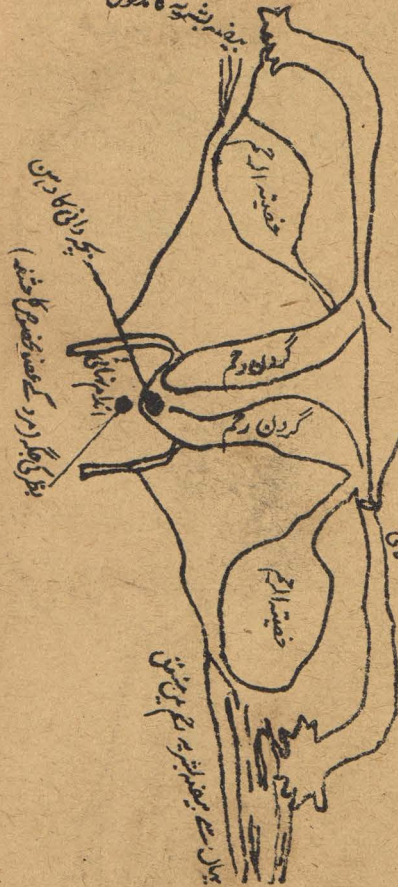
شریمتی ہیلن (Helene Dentsch) فعل مجامعت کو ہی عورت کے ساتھ زیادتی تصور کرتی ہیں۔ میری بوناپارٹ کی رائے میں عورت کی جنسی طاقت کی افسردگی اُس کی جسمانی ساخت کا فطری تقاضا ہے۔ ان دلائل اور راؤں سے پتہ چلتا ہے کہ اُس زمانہ میں لوگ شہوت کو جانداروں کا فطری جذبہ نہیں سمجھتے تھے۔ انہیں یہ علم ہی نہ تھا کہ پیٹ میں اُٹھنے والی بھوک کی لپٹوں کے بعد انسانی خواہشات میں شہوانی لہروں کا دوسرا نمبر ہے۔ دوسری بات ہے کہ

خود غرض انسانوں نے عورتوں کی عصمت کو اچھوتا رکھنے کے لئے ان کے اس جذبہ کو نظر انداز کر کے دبانا ہی اچھا تصور کیا۔ یہی باعث ہے کہ شہوانی جذبات کا ظہور عورتوں کے لئے بے شرمی کی سند سمجھا جاتا تھا۔ یہ بات مجلسی زندگی میں اتنی گہرائی تک پہنچ گئی تھی کہ کچھ سائینسدانوں نے بھی بلا حیل و حجت اسکی تائید کی ہے

مگر قیاس آرائیوں سے آگے بڑھ کر اصلیت کا پتہ لگانیوالے مغربی سائینسدان اس فطری جذبہ سے انکار کیسے کرتے۔ جنسی ماہر ہیولاک خود رقمطراز ہے کہ جس عورت کی افسردگی اور ٹھنڈے پن کا تذکرہ کیا گیا ہے وہ بے قاعدگی یا علالت ہے ڈاکٹر کینسے اور اس کے ساتھیوں کی متحدہ رائے میں اعصابی عورت کو چھوڑ کر بقیہ زنانہ طبقہ میں افسردگی اور شہوانی ٹھنڈک کا کوئی وجود ہی نظر نہیں آتا ہیولاک کے مانند عورت کو کسی ایک مخصوص مرد کے ساتھ باندھ کر اُسے افسردہ بتلانا غلطی ہے۔

عورت کی سرد مہری اور جنسی مطالبات میں بے رُخی کا باعث ہوتا ہے مرد کی فعل جنسی اور مزاج عورت سے ناواقفیت! مرد کے شہوانی اور تناسلی اعضا جسم کی ساخت میں بیرونی ہوتے ہیں وہ معمولی دھکے اور رگڑ سے سیخ پا ہو جاتے ہیں جو چیز جتنی جلدی گرم ہوتی ہے وہ اُتنی ہی جلدی ٹھنڈی بھی ہو جاتی ہے۔ عورت کے اعضا مخصوص اندرونی۔ پردوں میں ہوتے ہیں لہٰذا ان پر جلدی اثر نہیں ہوتا۔ وہ دیر سے فعل جنسی کے لئے تیار ہوتے اور مرد کے مقابلہ میں اُن کے اندر یہ جذبہ اور غلبہ دیر تک قائم رہتا ہے۔ مرد اپنے شہوانی طوفان کے دَورہ میں اپنے ساتھی کی تیاری کا خیال بھول کر اپنی پیاس بُجھانے کی سعی کرتا ہے اور جب تک اس کا دوسرا ساتھی اس کے مطالبات کا جواب دے اس کا جوش خروش فرو ہو جاتا ہے۔ ان حالات میں مرد اگر عورت پر بے رُخی اور

سرد مہری کا جرم عاید کرے تو یہ اُس کی اپنی لاعلمی کا نتیجہ ہے۔ نہ دیکھے بوم نابینا تو سورج کی کیا خطا ہے؟

عورت اور مرد کے اعضاء تناسل میں کافی مشابہت ہے

زنانہ تناسلی اعضاء

جنھوں نے غوطہ لگا کر اس کا تجربہ کیا - وہ وہی کہتے ہیں جو اصلیت ہے - انگلینڈ کے موجودہ جنسی ماہر رابرٹ وڈ تسلیم کرتے ہیں کہ عورت کی شہوانی قوت مرد کے مقابلہ میں آٹھ گنا زیادہ ہوتی ہے۔ اس امر کا انکشاف ہندوستانی مصنّف "کام سوتر" نے سن عیسوی کے آغاز میں کیا تھا - رومن شاعر اووڈ نے اپنی تصنیف The Art of love میں اس امر کی زبردست تائید بھی کی ہے مشرقی شعرا نے بھی اسی اصول کو بلند کیا ہے۔

"عشق اوّل در دلِ معشوق پیدا می شود"

جنسی محبت، شباب کے عالم میں جانداروں کے جسم میں خون کے اندر دوڑنے والے کیمیاوی اجزاء کا تقاضا ہے - موجودہ زمانہ میں پتہ چلا ہے کہ وہ اجزاء مردانہ خون میں Testo Strone یا

Estrogen اور زنانہ خون میں رواں Andro gen یا ocstein ہیں۔ فعل جنسی میں خامی آنے پر ان ہارمون کو خون کے اندر داخل کر فائدہ اُٹھایا جارہا ہے۔ وہ عارضی کیوں نہ ہو! مرد ہو یا عورت۔ کوئی بھی جوانی کے اس طوفان کو سنبھال نہیں پاتا۔ فطرت بھی تو اس سے مبرا نہیں۔ موسم بہار کی نسیم سحری کو پھولوں کی خوشبو کے بوجھ سے مستانہ وش چلتے اور دریا کی چھاتی پر لڑکھڑاتے کیا آپ نے نہیں دیکھا۔ پھر ایک کو ساکن اور دوسرے کو متحرک سمجھنا ہماری ناواقفیت اور لاعلمی ہے۔ ہاں دونوں کی ملاقات کا ماحول موافق ہونا چاہیئے۔ مصور جذبات، شاعر کی زبان اسے اس طرح ادا کرتی ہے:۔ ؎

چاہت کا جب مزہ ہے کہ ہوں دونوں بیقرار!
دونوں طرف ہو آگ برابر لگی ہوئی!
مجھے روکے گا تو اے ناخدا کیا غرق ہونے سے
کہ جن کو ڈوبنا ہو ڈوب جاتے ہیں سفینوں میں!
آگ در پردہ لگا دی ہے کسی نے ایسی!
اپنے اشکوں پہ مجھے وہم شرر ہوتا ہے!
حوصلے دل میں نہیں اشکوں میں طغیانی نہیں
اور پھر کیا ہے اگر یہ خانہ ویرانی نہیں!
غیر فانی عشق ہے تو حسن بھی فانی نہیں!
یہ حقیقت تھی مگر دنیا نے پہچانی نہیں!
تجھے اُس وقت ہم اے حسن عالمگیر دیکھیں گے
کہ جب اپنے تصور میں تیری تصویر دیکھیں گے

بُدّھ پدم آسن

پرانی قبض، بواسیر وغیرہ تکلیف دِہ بیماریوں سے نجات حاصل کرنے کا کم خرچ بالانشین طریقہ، سروشری سوامی شیوانند اور سوامی یوگانند کے تجربات کا نچوڑ۔ شری کملا کانت شکلا۔ بی۔ اے کی قلم کی شہادت ناظرین کی پیش نظر ہے

اخلاقی جسمانی۔ روحانی ترقی کے لئے آسنوں کی مشق مکمل اور کامیاب ہے اس کے متعلق دو رائیں نہیں ہو سکتیں۔ اس مضمون پر زیادہ دلائل دینا بھی بیسود ہے۔

طریقہ:۔ کسی کُشا آسن یا کمبل کے ٹکڑے پر سورج نکلنے کے قبل پورب یا اُتر کی طرف رُخ کرکے بیٹھ جائیے۔ دائیں پیر کا پنجہ بائیں زانو پر اور بائیں پیر کا پنجہ دائیں زانو پر اس طرح رکھیں کہ ایڑیاں دونوں عضو مخصوص کے جڑے ہر دو طرف کے حصّہ کو دباتی رہیں۔ گردن اور دھڑ ایک خط مستقیم میں ہوں اور نظر سامنے! یہ ہے پدم آسن۔ اسی حالت میں دائیں ہاتھ سے بائیں پیر کا اور بائیں سے دائیں کا انگوٹھا پکڑ کر پہلی شکل میں ہی بیٹھنے کو بُدھ پدم آسن کہتے ہیں۔

فوائد:۔ سوامی یوگانند سرسوتی لکھتے ہیں کہ "ناف سے نیچے، پاخانہ اور عضو مخصوص کے درمیان اپان وایو رہتا ہے۔ جسمانی فضلات کو خارج کرنا اس کا فعل ہے۔ اس وایو کے ٹھیک کام کرنے پر ٹٹی پیشاب کی کوئی شکایت نہیں ہو سکتی بلکہ امراض منی۔ پیشاب۔ بواسیر وغیرہ محض اس وایو کے اعتدال پر ہی منحصر ہیں۔ یہ آسن اپان وایو کو مساوات پر لانے کا سب سے اچھا طریقہ ہے۔" آپکی ہدایت ہے کہ کم از کم آدھ گھنٹہ صبح و شام باقاعدہ اس کی مشق متواتر کرتے رہیں!

اپنے جسم کو بھی دیکھئے!

تواریخ اور جغرافیہ کی جسیم کتابوں کے حفظ کرنے سے کیا فائدہ! اگر آپ اپنے جسم کے اعضاء - ان کی ساخت اور فعل سے ناواقف ہیں - اس چلتی ضرورت سے آپ کا تعارف کرانے کے لئے ڈاکٹر شری ایس ایل شرما کی قلم کا کمال دیکھئے!

سانس لینے کے آلات - چھاتی کے گڑھوں میں دو تھیلیوں کی مانند لٹکے رہتے ہیں - تھیلیاں خالی نہیں بلکہ ننھی ننھی تھیلیوں یا چھتوں کی مانند خانوں سے گھرے بھرے رہتے ہیں - دبانے سے اسفنج کی مانند ملائم معلوم ہوتے ہیں - انہیں پھیپھڑا کہتے ہیں - ان کا وزن سیر سوا سیر ہوتا ہے - تندرستی کی حالت میں اندر کی ہوا نکل جانے کے باعث پانی کی تہہ میں بیٹھ جاتے ہیں - قبل پیدائش ان کا رنگ گہرا لال - پیدا ہوئے بچہ کے پھیپھڑوں کا رنگ ہلکا لال - اس کے بعد ان کا رنگ بھورا گلابی یا کچھ نیلا پن لئے ہوئے رہتا ہے - اوپر گہرے دھبے بھی پڑے ہوتے ہیں

ہوا کی تھیلیاں - سارے پھیپھڑوں میں نہایت باریک جھلی والی تھیلیوں کے گچھے جن کی لمبائی چوڑائی ۱/۱۰۰ × ۱/۲۰۰ انچ ہوتی ہے اور تعداد - ۷۰ - ۶۰ لاکھ دونوں پھیپھڑوں میں بھری ہوتی ہیں - سانس لینے پر یہ بھر جاتی اور چھوڑنے پر خالی ہو جاتی ہیں اور سکڑ جاتی ہیں - ان کی دیواریں باریک اور لچیلی ہوتی ہیں ہوا کی تھیلیوں کے بیچ بیچ بال کے مشابہ خون کی ناڑیوں کا جال اور کہیں کہیں اعصابی جال

پھیلا ہے ناڑیاں اتنی پتلی ہوتی ہیں کہ ہوا کی تھیلیوں کی ہوا آکسیجن ناڑیوں کے خون میں جا ملتی ہے اور بیکار کاربن ڈائی آکسائڈ اس کے تبادلہ میں خون سے نکل کر تھیلیوں کی ہوا میں آملتی ہے۔ اس طرح پھیپھڑوں میں آئی ہوئی آکسیجن خون میں پہنچکر اسے صاف اور لال کر دیتی ہے اور وہ دل میں پہنچکر تمام جسم میں دوڑ جاتا ہے اور کاربن ڈائی آکسایڈ سانس کے ذریعہ باہر نکل جاتا ہے۔

جھلی:۔ ہر پھیپھڑہ پر پتلی جھلی کا ایک پردہ چڑھا رہتا ہے اور ایسا ہی پردہ سینہ کی اندرونی دیوار پر بھی چڑھا رہتا ہے۔ اسے پھیپھڑے کا غلاف یا پردہ کہتے ہیں۔ یہ غلاف چکنے اور چمکدار ہوتے ہیں اور صاف لاکھ کے رنگین گھول سے تر رہتے ہیں جس سے سانس لینے اور خارج ہونے میں رگڑ نہ لگے۔ ہوا پھیپھڑوں میں بھری رہنے کے باعث یہ پردہ آپس میں سٹے رہتے ہیں۔ لیکن پھیپھڑوں کی سوزش یا پلیورسی کے مرض میں وہ ایک دوسرے سے علیٰحدہ ہو جاتے ہیں۔

عجائب گھر:۔ پسلیوں اور سینہ کے درمیان کی تنگ جگہ میں پھیپھڑوں کے اندر ایک گیلن یا ۶ بوتل یا ½ ۵ سیر خون بھرا ہوتا ہے اور ایک گیلن کے قریب ہوتی ہے ہوا۔ آپ غور کریں۔ دنیا کا کون سا عجوبہ اس قدرتی نظام سے عجیب ہے؟

آکسیجن ملی ہوا خون کا ہر ایک کن جذب کرتا ہے اس لئے ہوا کا ان پر سے گذرنا ضروری ہے۔ اس لئے خون کا ہر کن فی منٹ دو مرتبہ پھیپھڑہ میں پہنچتا اور معمولاً فی منٹ ۱۸-۱۵ مرتبہ ہوا وہاں جاتی ہے۔ تیز سانس لینے میں اور زیادہ۔ اس لئے فی منٹ ایک یا دو مرتبہ خون کی صفائی ہوتی ہے۔ پس قدرت نے ہوا کی تھیلی اور ٹیڑھی میڑھی نالیوں میں سینکڑوں گز لمبی کھال بھر

دی ہے۔ جس سے اندرونی خون اور باہری ہوا کا میل ملاپ تھوڑی ہی جگہ کے اندر ہو جاوے۔

پھیپھڑوں کے رقبہ میں تقریباً ۶۰ لاکھ ہوا کی تھیلیاں اور ہوا کی ہزاروں نالیاں موجود ہیں۔ اگر تھیلیوں کی جھلی پھیلا دی جائے اور برابر بچھا دیئے جاویں تو تیس فٹ لمبے چوڑے کمرہ میں فرش کی کمی نہ پڑے گی!

معمولی حالت میں پرا چیر۔ پردہ محراب کے مانند اوپر اٹھا ہوا پھیپھڑوں کو دبائے رکھتا ہے۔ سانس کھینچنے پر عضلات گوشت کے سکڑنے سے یہ پردہ پنجر کو دبا کر اور آنتوں کو دھکیل کر چپٹا ہو جاتا ہے۔ پسلیاں اوپر سامنے کو ابھرتی ہیں۔ سینہ پھیلنے پر پھیپھڑہ بھی پھول جاتا ہے۔

- زیادہ چکنائی۔ مکھن۔ گھی وغیرہ اور زیادہ مٹھائی۔ یہ دونوں چیزیں چپکے چپکے آپ کے جگر کو خراب کر رہی ہیں۔ پھر آپ چہرہ کی خشکی کو اسنو مل کر کس طرح دور کرنے کی امید رکھتے ہیں؟
- ہاتھ پیروں کا پھٹنا جسم میں چونے کی کمی کی علامت ہے۔

جے منگل رس

کیمیائی تشریح۔ معجزائی تاثرات۔ آیورویدک سائنس کا
بیش بہا عطیہ معلومات سے پُر تحقیقات نو کی روشنی میں تحریر یافتہ
شری رویندر آچاریہ کا مضمون

نسخہ :- پارہ (شنگرف سے نکالا ہوا)۔ شُدھ گندھک۔ سہاگہ بریاں۔ کُشتہ تانبا۔ کُشتہ بنگ۔ کُشتہ سونا مکھی۔ سیندھا نمک۔ سفید گول مرچ ہر ایک ایک ایک تولہ۔ کُشتہ سونا ۲ تولہ۔ کُشتہ لوہا ۱ تولہ۔ کشتہ چاندی ۱ تولہ۔

اوّل پارہ اور گندھک کو ۶ گھنٹہ تک کھرل کریں۔ پھر جملہ ادویہ ملا کر ایک گھنٹہ پھر کھرل کریں۔ بعد ازاں برگ دھتورہ، شیفالی اور چرائیتہ کے رس کو سلسلہ وار ملا کر ہر ایک رس میں تین تین مرتبہ کھرل کریں۔ ایک مرتبہ رس ڈال کر اتنا کھرل کریں کہ ادویہ خشک ہو جائیں۔ تب دوبارہ رس ڈالیں۔ پھر دشمول کے جوشاندہ میں اسی طرح تین مرتبہ کھرل کر کے نصف نصف رتی کی گولیاں بنالیں۔

کن کن ادویہ کا جسم پر کیا اثر ہوتا ہے؟ یہ بھی ملاحظہ ہو :-

۱- **پارہ و گندھک کی کجلی** :- جراثیم کو مارنیوالی۔ آنتوں کے زہر کو مٹانیوالی، ساتوں دھاتوؤں کو منظم کرنیوالی اور مقوی ہے۔ وات پت اور کف کی خرابیوں کو دُور کرتی ہے۔

۲- **سہاگہ** :- کف کو دُور کرنے والا۔ نظام ہاضمہ کو تحریک دینے والا۔ ذائقہ کو درست کرنے والا اور کف کے اخراج میں معاون ہے۔

۳۔ کُشتہ تانبا کف اور پت کی خرابیوں کو دُور کر کے ان دونوں کو اعتدال پر لاتا ہے۔ پیٹ کی شکایتوں کو بھی دُور کرتا ہے۔

۴۔ بنگ جراثیم کو مارنیوالی۔ تیز اور خشک ہونے پر بھی یہ وات کو اعتدال پر لاتی۔ وات پت اور کف کی خرابیوں کو دُور کرنیوالی ہے۔ دق میں مفید۔ منی کے متعلق جملہ اعضاء کو تقویت پہنچانے۔ وات ناڑیوں کی سستی کو دُور کر کے جسم کو کندن بنانیوالی ہے۔

۵۔ کُشتہ سونا مکھی پت یا کف پت کے بگاڑوں میں مفید ہے۔ خون کے ریزوں کو تقویت بخشنا ایک خاصہ ہے اس کا۔ سر درد اور چکر کو دُور کرنے میں زود اثر ہے۔ وات، پت اور کف کو اعتدال پر لانے والی ہے۔

۶۔ سفید گول مرچ وات اور کف کی خرابیوں کو دُور کر کے دونوں کو اعتدال پر رکھتی ہے۔

۷۔ کُشتہ سونا دق اور بخار کے جراثیم کا صفایا کرنے میں بے نظیر ہے۔ وات پت، کف کی خرابیوں کو دُور کر کے تینوں کو اعتدال پر رکھتا ہے۔ خُون کے سمیات کو خارج کرنا۔ اُسے صاف بنانا۔ خون اور وات کی ناڑیوں کو تقویت پہنچا کر دل کی طاقت میں اضافہ کر کے جسمانی زوال کو روکنے میں یہ بے مثال ہے۔

۸۔ کُشتہ چاندی وات، پت کے بگاڑ کو درست کر کے جسم میں ہر دو کو اعتدال پر قائم رکھتا ہے۔ پت کے بگاڑ سے ہی عقل کُند ہو جاتی ہے۔ اس لیے عقل کو بڑھانے، جسمانی درد۔ بکواس وغیرہ کو مٹانا۔ اس کا خاصہ ہے۔

۹۔ کُشتہ لوہا:۔ شکم کی خرابیوں۔ پت اور وات کے بگاڑوں کو دُور کرتا ہے۔ اپنے کسیلے پن کے باعث کف کی خرابی کو بھی مٹاتا ہے۔

متواتر ادویہ کو گھوٹنے سے اُس کے اندر جسمانی بستی پہنچکر دوا کی ہر ایک چیز کو انٹرو اور پرمانٹرو میں منقسم ہو کر اُس کی طاقت میں اضافہ کر دیتے ہیں اور وہ شہد کے ساتھ استعمال ہونے پر سیدھا خون میں مل جاتی ہے۔ انٹرو سے تو بنیادی خواص میں ہی اضافہ ہوتا ہے لیکن اگر شاستروں کی حسب منشا کھرل میں ہاتھوں کے ذریعہ خوب گھوٹائی کی گئی تو اس میں کچھ انٹرو ٹوٹ کر پرمانٹرو بن جاتے ہیں۔ پرمانٹروُں کے تاثرات کا واضح طور پر بیان کرنا ان رشیوں کی زیرک فہم اور ماضی، حال، مستقبل کا مشاہدہ کرنیوالی آنکھ ہی بتلا سکتی ہے۔

جن ادویہ کے رسوں میں یہ گھوٹی جاتی ہے۔ ان کے تاثرات کی آمیزش ہو کر اس کے خاصّہ کیسا حیرت افزا اضافہ ہوتا ہے؟ شاستری ترکیب سے تیار کر کے اس کا استعمال کرنے والا مریض یا معالج ہی اُسے محسوس کر سکتا ہے۔ ناظرین کو اُن جڑی بُوٹیوں کے رسوں پر بھی سرسری نظر ڈالنا مناسب ہے۔

برگ دھتورہ:۔ جوُر ناشک ہے۔

شیپھالی:۔ ضدّی بخاروں کو دفع کرنیوالی اور جوُر ناشک ہے۔

دشمول:۔ جوُر ناشک کف اور وات کے بخاروں کے لئے تیر بہدف ہے۔

چرائتہ:۔ ہاضمہ کے فعل میں اصلاح کرنیوالا ہے۔ بلغم۔ جلن اور خرابیِ خون کو مساوات پر لاتا ہے۔

خوراک:۔ ۲ گرین یا نصف رتی۔ تپ دق کے مریض کو واسا کی جڑ کے کاڑھے میں شہد کی آمیزش کر کے محض ایک دفعہ صبح استعمال کرانا چاہیئے۔ دیگر بخاروں میں سفوف زیرہ اور شہد کے ہمراہ دن میں دو مرتبہ۔

ادویہ کا جسم پر اثر:۔ دماغ کی بڑھی گرمی کو۔ گوشت۔ مجا اور ہڈی میں پہنچے ہوئے بخار اور اس کے جراثیم کو قلع قمع کرنے میں یہ رس لاجواب ہے۔ یہ طاقت ہاضمہ کو بڑھاتا۔ بے خوابی کو دور کرتا۔ کف کو آسانی سے خارج کرتا۔ اُس کی پیدائیش کو روکتا۔ بکواس، بیہوشی، لرزش اور جنوں کو مٹاتا ہے۔ دل کو طاقت پہنچاتا۔ جسمانی طاقت کے زوال کو روکتا ہے۔ من اور وات ناڑیوں کے مرکز کی حفاظت کر کے بخار کے ساتھ دست لانے کو بھی روکتا ہے۔
کچھ مستند کتابوں میں اس نسخہ میں لوہا بھسم کو شامل نہیں کیا گیا ہے۔

مُفردات کے کرشمے

آیوروید واچسپتی شری جی۔ ایل کوہلی
ایم۔ ایس سی ۔ رانچی (بہار)

ذیابیطس کیلئے:۔ مغز تخم بنولہ ۵ تولہ کوٹ کر رات کو ایک سیر پانی میں بھگودیں اور صبح جوشائیں۔ نصف پانی رہ جائے تو تین پاؤ مصری ملا کر شربت بنا لیں۔ اور ۲ تولہ تا ۴ تولہ پانی ملا کر پلائیں۔ یہ نسخہ سید حکیم مشتاق احمد صاحب سابق جنرل سیکرٹری آل انڈیا طبی کانفرنس کا ہزاروں بار کا آزمودہ اور بیخطا ہے۔

پھلبہری کیلئے:۔ جل نیم بوٹی ہر صبح ۶ ماشہ پانی سے رگڑ کر اور چھانکر پئیں۔ چونکہ یہ خشک ہوتی ہے اس لئے گھی زیادہ استعمال کریں۔ اس سے ہر روز پاخانہ کھُل کر آتا ہے اور بہت جلد سفید داغ دور ہو کر دائمی آرام ہو جاتا ہے۔
یہ نمناک زمین پر یا ندی نالوں کے کناروں پر عام ملتی ہے۔ صوفی پھمند اس جی کا فرمان ہے کہ اس سے عمدہ اور زود اثر نسخہ آج تک میرے تجربہ میں نہیں آیا۔

وات رکت کیلئے:۔ (گاؤٹ):۔ رس تازہ گلو شہد میں ملا کر روزانہ کھلانے سے یہ روگ ہمیشہ کے لئے رفع ہو جاتا ہے (پرنسپل دیونارائن مصرا)

کچھ صفحہ ۵۳ پر

میری معالجاتی زندگی کے کچھ حیرت انگیز واقعات

ہنگوادی چورن کی کرامات

(آیوروید بھکشو کرشن دیال)

۱۔ واقعہ کافی پرانا ہے مگر ناظرین پیغام کیلئے بالکل نیا۔ ۱۹۲۱ء غالباً اکتوبر کا مہینہ رات کے بارہ بجے ہونگے۔ لالہ منشی رام جی صراف مرحوم کے چھوٹے بھائی لالہ بستی رام جی صراف میرے ہاں تشریف لائے۔ میں اُن دنوں اندرون دروازہ مہاں سنگھ چیل منڈی میں مطب کرتا تھا اور مکان کے بالائی حصہ پر میری رہائش تھی لالہ بستی رام اُس وقت بہت گھبرائے ہوئے تھے۔ میں نے اُس بیوقت میں تشریف آوری کا سبب پوچھا تو وہ بولے والدہ صاحبہ کو آج شام سے ہی نہایت سخت پیٹ درد کی شکایت ہے۔ اپنے نزدیک رہنے والے معالجین کی بےحد کوشش و علاج سے کوئی فائدہ نظر نہ آیا تو بھائی صاحب نے مجھے آپ کی خدمت میں بھیجا ہے۔ مہربانی کر کے جلد تشریف لے چلیں۔ والدہ صاحبہ شدت درد سے بہت بےچین ہیں۔ مجھے اُس وقت ہنگوادی چورن ہی سوجھا۔ چنانچہ میں نے چورن کی شیشی جیب میں ڈالی اور اُن کے ہمراہ ہولیا۔ گھر پر پہنچنے پر میں نے دیکھا والدہ صاحبہ کو شدت درد کے باعث تھوڑے تھوڑے وقفہ سے غشی طاری ہو جاتی تھی۔ میں نے پرماتما کا نام لیکر بقدر ۵ ماشہ ہنگوادی چورن گرم پانی کے ہمراہ کھانے کو دیا۔ پندرہ بیس منٹ تک انتظار کرنے پر جب کوئی افاقہ نہ دیکھا تو میں نے ایک خوراک مزید اسی مقدار میں دیدی۔ اس کے پانچ ہی منٹ بعد

مریضہ نے قدرے آرام محسوس کیا اور کہنے لگی اب میں بچ گئی مگر ابھی اور دوائی کی ضرورت ہے کیونکہ میرا درد اگرچہ کم تو ہو گیا ہے لیکن ابھی کافی ہے۔ ممکن ہے پھر دورہ کرے اور آپ گھر چلے جائیں۔ اس لئے مہربانی کر کے اسی دوا کی ایک خوراک اور دیتے جائیے تاکہ آپکو پھر تکلیف نہ دینی پڑے۔ مَیں نے ایک خوراک احتیاطاً بقدر ۵ ماشہ ہنگوادی چورن دیدی اور خود اپنے مکان پر آگیا۔

صبح صادق ہی لالہ بستی رام جی نے میرا دروازہ پھر آ کھٹکھٹایا۔ مَیں نے سمجھا شاید ابھی درد دُور نہیں ہوا اور جلدی سے پوچھا کہو لالہ جی! ماتاجی کا کیا حال ہے؟ وہ بولے۔ ویدیا جی کیا بتائیں۔ یہ درد تو ماتاجی کے لئے فرشتۂ رحمت ثابت ہوا۔ آپ نے جو دوا درد کے لئے دی اس سے درد تو ہٹ گیا مگر ساتھ ہی ماتاجی کی بیس سالہ پرانی بیماری بھی کافور ہو گئی۔ آپکو معلوم ہی ہے کہ ماتاجی عرصہ بیس سال سے پیٹ کے عارضہ میں مبتلا چلے آتے تھے جس کو کوئی طبیب جلودر، کوئی استسقا اور کوئی وات اُدر کہا کرتے تھے۔ ماتاجی کا پیٹ جو عرصہ بیس سال سے گھڑے کی مانند ہو رہا تھا۔ وہ آپکی پیٹ درد کی دوا سے آہستہ آہستہ رات رات میں ہی بالکل ساتھ لگ گیا ہے اور ماتاجی خود حیران ہیں کہ یہ کیا جادو ہو گیا۔ بیس سالہ بیماری سے اُن کے پیٹ کی بیرونی جھلی اور چمڑا کافی پھیلا ہوا تھا۔ اب بیماری رفع ہونے کے بعد وہ ڈھلک گیا ہے اور ماتاجی اس پر بار بار ہاتھ پھیر کر حیران ہوتی ہیں کہ یہ کیا ہو گیا۔ آپ چل کر خود ملاحظہ کرو۔ مَیں نے لالہ جی کے کہنے پر اُن کے گھر جا کر ماتاجی کا پیٹ دیکھا تو حیران رہ گیا اور بیساختہ میرے منہ سے یہ الفاظ نکلے واہ رے ہنگوادی چورن تیری کرامات!

۲۔ رائے بہادر دُنی چند صاحب آف امرتسر کے صاحبزادہ لالہ منی لال کو عرصہ سے دَورے پڑتے تھے جن کی وجہ سے وہ چنگے بھلے بیٹھے ہوئے چلتے

پھرتے دھڑام زمین پر گر جاتے اور چند منٹ عالم بیہوشی میں ہی پڑے پڑے کبوتر کی مانند غٹ گوں غٹ گوں سے خراٹے لیتے۔ کئی مرتبہ اسی دورہ کے باعث انہیں چوٹیں آئیں، زبان کٹ جاتی یا کہیں جسم پر زخم ہوجاتا۔ اُنہوں نے کئی ایک دیسی و ایلوپیتھی علاج کروائے مگر آرام نہ ہوُا۔ عام معالجین کا خیال تھا کہ یہ مرگی کا عارضہ ہے اور بالکل لاعلاج ہوچکا ہے۔ وہ جب میرے پاس آئے تو بڑے مایوس تھے۔ میرے چند ایک سوالات کا جواب دیتے ہوئے مایوسانہ لہجہ میں کہا کہ ویدیہ صاحب! اب یہ آخری علاج ہے۔ اگر آپ سے بھی اچھا نہ ہوُا۔ تو سوائے خودکشی کے میرے لئے کوئی چارہ نہیں۔ کیونکہ ڈاکٹروں نے تو اس مرض کو ایپی لیپس (مرگی) کہکر لاعلاج قرار دیدیا ہے۔ مَیں نے اُن کا معائنہ کرنے کے بعد انہیں ڈھارس دی کہ لالہ مُنی لال مایوس ہونے کی کوئی بات نہیں۔! پرماتما نے چاہا تو آپ بالکل اچھے ہو جائیں گے۔ وہ کہنے لگے آپ پہلے یہ بتائیں کہ یہ روگ کیا ہے؟ آپ نے کیا تشخیص کی ہے؟ مَیں نے کہا لالہ منی لال! آپکو روگ سے کیا مطلب! آپ نے آم کھانے ہیں یا پیڑ گننے ہیں۔ ہاں! میں یہ کہہ دُوں کہ آپکو مرگی کا عارضہ نہیں ہے۔ کیا مرض ہے؟ یہ چند روز علاج کے بعد بتلاؤنگا۔ اگر آپکو آرام ہوگیا تو سمجھ لینا کہ میری تشخیص صحیح ہے ورنہ اب روگ کا نام بتلادُوں اور آپکو آرام نہ ہوُا تو اس سے کیا فائدہ! بڑی عاجزی سے اچھّا! آپکی مرضی، آپ علاج شروع کیجئے۔ مَیں نے انہیں وات ادھکار میں بیان کردہ اپ تانک اپتنترک روگ سمجھ کر بھوجن کے ہمراہ دونوں وقت چھ چھ ماشہ ہنگوادی چورن دیدیا اور صرف اُن کی تسلی کیلئے نصف رتی سدھ مکردھوج صبح و شام شہد کے ہمراہ کھانیکو۔ ایک ہفتہ کی دوا دیکر انہیں کہا کہ اب یہ دوا ختم کرکے ہی میرے ہاں آنا۔ امید ہے آپکو دَورہ نہیں پڑے گا۔ ہاں اگر درمیان میں کوئی تکلیف ہو

تو آپ خوشی سے تشریف لا سکتے ہیں مگر میرا نتیجہ ہے کہ آپکو درمیان میں آنے کی ضرورت نہ ہوگی۔ لالہ منی لال ایک ہفتہ کے بعد میرے ہاں آئے اور خوش معلوم ہوتے تھے۔ میرے دریافت کرنے پر انہوں نے بتلایا کہ مجھے ان آٹھ دنوں میں کوئی دورہ نہیں ہُوا۔ جب کہ آپ کے علاج سے پیشتر کوئی دن خالی نہ جاتا تھا بلکہ بعض اوقات دن میں دو تین تک دورے پڑ جاتے تھے۔ میں نے کہا کہو لالہ جی! آپکو اب تو مرگی کا وہم نہیں رہا؟ وہ بولے ویدجی! پھر یہ آخر کیا مرض ہے؟ میں نے کہا۔ لالہ صاحب! اگر میں بتلا بھی دوں آپ کی سمجھ میں نہیں آئے گا کہ یہ کیا مرض ہے۔ آیورویدک اصطلاح میں اسے آپ تنترک اپتانک روگ کہتے ہیں اور یہ اکثر زبان کے کچے اور بسیار خور پیٹو لوگوں کو ہُوا کرتا ہے۔ یہ وائو کے اسّی ۸۰ روگوں میں سے ایک ہے عام بول چال میں اسے ہسٹیریا معدوی کہہ سکتے ہیں۔ اب آپ اگر اس مرض سے ہمیشہ کے لئے نجات چاہتے ہیں تو تین ہفتے مزید یہی علاج جاری رکھئے اور آئندہ اپنی زبان پر قابو کیجئے۔ ضرورت سے زیادہ محض ذائقہ کی خاطر کبھی نہ کھایئے اور کسی بزرگ کے اس مقولہ کو کبھی نہ بھولیں ؎

خوردن برائے زیستن و ذکر کردن است
تو معتقد کہ زیستن برائے خوردن است

ہنگوادی چورن کا نسخہ:۔ اگرچہ میرے وید بھائی تو جانتے ہی ہوں گے۔ کیونکہ یہ آیورویدک کتب میں امراض معدہ کے ضمن میں درج ہے۔ مگر گرنتھوں میں اس کے کئی نسخے ہیں۔ ان میں سے جس کراماتی کا میں نے ذکر کیا ہے وہ شارنگدھر سنگھتا کا نسخہ ہے جو حسب ذیل ہے:۔
عمدہ اور خالص ہینگ بریاں۔ پاٹھا۔ پوست ہرڑ کلاں کلاں۔ دھنیا۔

انار دانہ - پوست بیج چترہ سُرخ - کچور - اجمود - سونٹھ - مرچ سیاہ - فلفل دراز - وریج ہاؤ بیر - اَمل بید - نیاز بو یا بن تلسی - سماق دانہ - زیرہ سیاہ بریاں - پوکھر مُول - چو یا پپلا مُول - سجی کھار - جوکھار - سیندھا نمک - سونچل نمک - نوشادر - سمندر نمک، جملہ برابر وزن کا چورن تیار کریں -

بس یہی کراماتی چُورن کا نسخہ ہے - مَیں نے اپنی معالجاتی زندگی میں اس کے کیا کیا کرشمے دیکھے ہیں - ناظرین پیغام کی بصیرت کے لئے ہر ماہ چند ایک کا ذکر کرتا رہونگا!

یہ بھی سچ ہے!

دُنیا کی باتُون عورت! شمالی کیلیفورنیا - جون ۵۸ء

کل الائیس وھنگاٹن اور جین گکسی کالمبی میں ہنا کے ہوئے لگاتار بات چیت کرنے میں مقابلہ ہوا - دونوں عورتیں شادی شدہ ہیں - شریمتی الائیس ۹۸ گھنٹہ ۳۰ء۲۳ منٹ لگاتار بات چیت کرتی رہی جب تک تھک کر بولنا خود بخود بند نہ ہو گیا - لیکن اس کی رقیب شریمتی جین ۴۸ گھنٹہ تک بات چیت کرتے کرتے نیند کی گود میں جا پہنچی - گزشتہ سال شریمتی جیکسن نے ۵۲ گھنٹہ ۱۱ منٹ تک بات چیت کر کے بازی جیتی تھی - دُنیا کی ان باتُون عورتوں کی گفتگو کا مضمون کوئی خاص تھا - یا محض بڑبڑانا -! مرقع جذبات شاعر شاید موقع پر موجود تھے:-

بے نیازی حد سے گزری بندہ پرور کب تلک!

ہم کہیں گے حالِ دل اور آپ فرما دیں گے کیا!

کنوارے مجنوں! لندن کے رجسٹرار جنرل اسٹاٹیکل سوسائٹی کی حال کی شائع شدہ رپورٹ سے ظاہر ہوتا ہے کہ جنون کی بیماری میں مبتلا لوگوں میں

ہے شادی شدہ مردوں کی بہ نسبت غیر شادی شدہ کنواروں کی تعداد کہیں زیادہ ہے۔ اسی لئے شاید چوٹھے۔ چوکے۔ لکڑی۔ لڑکے۔ لڑکیوں کا بوجھ لاد کر بھی ازدواجی زندگی بسر کرنے کی خواہش ہر فردِ بشر میں فطرتاً پائی جاتی ہے۔ لیکن زمانہ کی ناہنجاری کی شکایت سب سے زیادہ شادی شدہ ہی کرتے ہیں۔ جنون ان کو بھی ہوتا ہے مگر قابل زنجیر نہیں لیکن وہ تو ہوتے ہیں مکمل مجنوں! واقعی بیوی اور جنون کا مخصوص رشتہ ہے۔ آپ محسوس کریں۔ نہ کریں!

کنواروں کا مطالبہ:- نیوزی لینڈ میں اس وقت کنوارے نوجوانوں اور دوشیزہ لڑکیوں کی تعداد میں ایک اور دو کا تناسب ہے! سونی زندگی سے تنگ آکر یا کنواروں میں پاگل پن کی بیماری کو پھیلتا اور بڑھتا دیکھ کر نیوزی لینڈ کے نوجوانوں نے شادی کرنے کے لئے بیس ہزار معشوقوں کا مطالبہ سرکار کے سامنے پیش کیا ہے۔ سرکار بھی باہری نوجوان لڑکیوں پر جادو ڈال رہی ہے! لیکن اب تک کوئی تسلی بخش جواب نہیں مل رہا ہے۔ تبھی تو کنواروں میں پاگل پن کی طغیانی آگئی ہے:- ؎

کوئی امید بر نہیں آتی۔ کوئی صورت نظر نہیں آتی

درجہ حرارت میں گراوٹ:- طاس ایجنسی کی اطلاع ہے کہ ۱۹ جون کو دنیا کا درجہ حرارت زیرو سے نیچے ۲ء ۸۲ درجہ سینٹی گریڈ تھا۔ شاید انسانی شرارت سے خوف زدہ ہو کر ہی جہنم نے دنیا کو نگل کر بھی اُگل دیا!

امریکی لقوہ:- شمالی ویسٹ چیسٹر اسپتال امریکہ کے ڈاکٹر جوزف اے۔ کوسٹا مطلع کرتے ہیں کہ یہاں بچوں میں فالج کی بیماری کی ایک لہر سی دوڑ گئی ہے جس کا باعث ہے ایک لمبی گھاس میں پایا جانے والا کیڑا۔ یہ کیڑا زیادہ تر کتوں کے ذریعہ اور کچھ گھاس سے بچوں تک پہنچتا ہے۔

آدمی بھی اس سے بری نہیں۔اس لئے والدین کو اپنے بچوں کے جسم کی دن میں دو مرتبہ تلاشی لینے کی ہدایات جاری کی گئی ہیں۔لو ہم اشرف انسان کی جان لینے کے لئے کیڑے مکوڑے تک کافی ہیں۔ پھر بھی وہ خودی اور تکبر کا پتلا! اس پر بھی ۱۹۹۶ء تک آبادی میں ڈبل اضافہ ہونے کے احتمال سے ہمارے بہی خواہوں کی نیند حرام ہو رہی ہے۔

آگے آگے دیکھئے ہوتا ہے کیا؟

کمال کی کوتاہ عمری:۔ یو۔این کی ڈیموگرافک سالانہ کتاب کے مطابق بھارتیوں کی زندگی کی لمبائی دنیا بھر میں سب سے چھوٹی ہے۔ان کی زندگی کا احتمال محض ۳۲ سال ہے۔اس پر بھی فیملی پلاننگ میں ہماری سرکار لاکھوں لٹا رہی ہے!

مفردات کے کرشمے:۔ **استحاضہ کے لئے**:۔ اشوک کی تازہ چھال ۱۰ سیر کا عصارہ نکال کر دانہ مٹر کے برابر گولیاں بنائیں اور صبح وشام ایک ایک گولی تازہ پانی سے کھلائیں۔زیادہ ماہواری خون کا آنا یقیناً اس سے رفع ہو جائیگا۔

انڈین سلفانو مائیٹری:۔ فدائے طب حکیم ہردے نارائن لکھتے ہیں کہ پیلی کوڑی یعنی خرمہرہ کو تکلیس کرنے کے بعد اس کی چند خوراک دینے سے پیپ سے پیدا ہونے رطوبت خشک ہو جاتی ہے کان بہنا۔سوزاک کی پیپ بچوں کے پیپ سے بھرے ہوئے پھوڑے دُور کرنے کے لئے اس کا معجزہ دیکھئے۔

تریاق وبائی:۔ گل مدار کی گلقند وبائے ہیضہ اور طاعون کو روکنے کے لئے اکسیر ہے

ملیریا کیلئے:۔ سنکونا کی چھال کا نمک آب لیموں کاغذی میں حل کر کے اس میں علاوہ پانی ملا کر بخار چڑھنے سے دو گھنٹہ پیشتر پلانے سے باری اور لرزہ کا بخار نہیں ہوتا

پھل کیوں اور کیسے کھاویں؟

امراض کے اس سیلابی زمانہ میں پھلاہار بھی قسمت کی محفوظ شاہراہ ہے جس میں کسی بھی راہرو کے گمراہ ہونیکی گنجائش نہیں۔ پیڑ اپنی گھنی، ٹھنڈی چھاؤں میں انسان کو پناہ دیتے اور پھلوں سے مہماں نوازی کے فرض کی تکمیل کرتے ہیں۔ شری وی و لبھم کا یہ مضمون موجودہ وقت کا مناسب مشورہ ہے

زندگی کا انحصار تندرستی پر ہے اور تندرستی منحصر ہے غذا پر۔ عمدہ بھوک لگنے پر مناسب مقدار میں کھائی جانیوالی خوراک کا استعمال کر کے ہم صدیوں تندرست رہ سکتے ہیں۔ خوراک سے ہی ہمارے جسم میں خون بنتا ہے اور اس کی روانی کا ہی دوسرا نام زندگی ہے۔ خون کا ذائقہ نمکین ہوتا ہے۔ جب تک غذا ٹھیک رہتی ہے تب تک خون کی نمکینی صحیح مناسبت میں رہتی ہے۔ غذا میں تفرقہ پڑا۔ خون میں نمک کا تناسب کم اور کھٹا میں اضافہ ہوا۔ سستی۔ کاہلی۔ ذائقہ میں خرابی۔ بھوک میں کمی۔ قبض۔ بدہضمی وغیرہ نے دامن دبوچ لیا۔ اچھا خون وہی تصور کیا جاتا ہے جس میں ۸۰ فیصدی کھارا پن اور ۲۰ فیصدی ترشی ہو۔

ہماری خوراک جیوں جیوں قدرت کا پلہ چھوڑ کر نفاست اور ذائقہ کی طرف راغب ہوتی جاتی ہے۔ ہم اُسے چھلکے اُتار کر، روغنیات میں بھون کر۔ مرچ مصالحہ سے چٹ پٹا بنا کر کھانے کے عادی بنتے جا رہے ہیں تیوں تیوں خون میں ترشی کا تناسب بڑھتا جا رہا ہے۔ اگر ہم نے متذکرہ بالا علامات کی

موجودگی میں بھی زمینی خوراک میں اصلاح نہ کی تو کمخوابی، دورے، نمونیا، گنٹھیا وغیرہ کے شکار بن جاتے ہیں۔ مغربی سائینسدان ہیگ ڈاکٹر بنجامن وغیرہ کا مشاہدہ ہے کہ جملہ امراض کا باعث ہے جسم میں یورک ایسڈ کی زیادتی۔ جسم اس کو متواتر خارج کرتا رہتا ہے۔ جب جسم میں یہ زہر رک جاتا ہے تو جس عضو کی کمزوری سے رکتا ہے تو اس حصہ کی ہڈی۔ نسوں اور جوڑوں میں جمع ہو جاتا ہے۔ یورک ایسڈ کا اثر سب سے زیادہ ہماری بال سے باریک ناڑیوں پر ہوتا ہے۔ (۲) ان میں خون کا دوران نہایت سست ہو جاتا ہے۔ اس حالت اور ان علامات کو دور کرنے کے لئے پھلوں کی خوراک کا استعمال نہایت مفید ہے۔

خواص:۔ پھلوں میں وٹامن، پروٹین، شکر، چکنائی اور جملہ معدنیات جو جسمانی نشوونما کے لئے درکار ہیں، پائے جاتے ہیں۔ جو چونا و نمکیات موجودہ ڈاکٹر دوا کی شکل میں مریضوں کو استعمال کراتے ہیں وہ صحیح طور پر جسم میں جذب نہیں ہوتے۔ ابھی حال میں کئی لاشوں کی چیر پھاڑ کرتے وقت ڈاکٹروں نے یہ مشاہدہ کیا کہ ان کی ہڈیوں میں استعمال کرایا گیا چونا موٹی تہہ کی شکل میں چپکا تھا جو چاقو سے کھرچنے پر علیحدہ کیا جا سکا۔ یہی باعث ہے کہ سائینس آیوروید ان معدنیات کو ہزاروں مرتبہ کشتہ کرکے، کھرل کر کے اس شکل میں استعمال کرنے کی ہدایت کرتا ہے تاکہ وہ فوراً خون میں شامل ہو جاویں۔ پھلوں کی خوراک میں ایسا کوئی احتمال نہیں۔

موسمی پھل:۔ بہت سے لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ انگور، انار، سیب وغیرہ قیمتی پھلوں کو کھانا ہی صحت کے لئے مفید ہے۔ ان میں ہی غذائیت ہے۔ یہ ہماری غلطی ہے۔ جس موسم میں جہاں پر جو پھل اور سبزیاں پیدا ہوتی ہیں۔

ان میں وہاں کے لوگوں میں پیدا ہونے والی موسمی بیماریوں سے بچانے کی عجیب و غریب مقدرت موجود ہے۔ اس لئے ہر انسان کو چاہئے کہ وہ اپنے یہاں آسانی سے دستیاب ہونے والے پھلوں کا استعمال کرے اور ان سے فائدہ اٹھاوے

پھل اور سورج:۔ سورج کے پرستاروں، بھارتیوں کو آفتابی شعاعوں کی عظمت سے واقفیت کرانے کی سعی بیکار ہے۔ سورج صحت بخش ہے اور اس کی شعاعوں میں ہے صحت کی ایجنسی۔ پھل سورج کی شعاعوں کو اپنے اندر متواتر جمع کرتے رہتے ہیں۔ اس لئے سورج کے معجزائی تاثرات کا پھل خزانہ ہیں۔ اگر آپ کو خواہش ہے کہ وہ آفتابی شعاعیں آپکے جسم کے اندر بھی پہنچکر وہاں کی خرابیوں کو دور کریں تو آپ تازہ پھلوں کا استعمال کریں۔ آپ کا دل۔ دماغ۔ پھیپھڑہ۔ آنتیں۔ سبھی اعضاء مستحکم اور تندرست بن جاویں گے۔

پھل اور بجلی:۔ پھلوں میں بھی بجلی پائی جاتی ہے۔ جس کو اندر روکنے کے لئے اس کا چھلکا نگہبانی کا کام کرتا ہے اس لئے وہ پھل جن کے چھلکے آپ ہاتھوں کی امداد سے، آسانی سے نہیں اُتار سکتے۔ ان کا بمعہ چھلکا استعمال کرنا ضروری ہے۔ مثلاً سیب، ناشپاتی۔ ککڑی۔ کھیرا وغیرہ!

قابلِ استعمال پھل:۔ شاخ پر پکا پھل جس میں کوئی کیڑا مکوڑا نہ لگا ہو کہیں سے داغدار۔ کٹا۔ سکڑا۔ پلپلا نہیں ہونا چاہئے۔ بدصورت۔ بدذائقہ سکڑے سمٹے پھلوں کا استعمال نقصان دہ ہے۔ ان کی برقی طاقت اور گنجینہ شعاعی زائل ہو جاتی ہے۔ پھل دھو کر۔ خوب چبا چبا کر استعمال کرنا چاہئے۔ جن بچوں کے دانت نہیں اور جو مریض نہایت ناتواں ہیں انہیں پھلوں کا رس زیادہ اچھا ہے تندرست آدمی کو دن بھر میں پھلوں کے ساتھ ڈیڑھ پاؤ تازہ تھن سے نکالا ہوا دودھ استعمال کرنا چاہئے۔ پھلوں کے استعمال میں اوقات کی کوئی بندش نہیں۔ جب

بھوک لگے اسی وقت آپ پھل کھا سکتے ہیں۔

پھل اور بیماریاں۔ سبھی پھل نفع بخش ہیں بشرطیکہ وہ کچے نہ ہوں۔ ترش پھلوں کو سمجھ سوچ کر استعمال کرنا چاہئے کیونکہ وہ زیادہ یورک ایسڈ پیدا کرنے والے نہ ہوں۔ مثلاً پیاز۔ آمرطہ۔ بہت کھٹا لیموں! کاغذی لیموں ترش ہونے پر بھی ہضم ہو کر یہ یورک ایسڈ کو خارج کرتا اور خون میں کھاری پن کا اضافہ کرتا ہے۔ شہد ذائقہ میں شیریں ہونے پر بھی اس کا وابسی فعل کھاری پن میں نمودار ہوتا ہے۔ لیکن بیماروں کو پھل چننے میں معالج کے مشورہ یا پیغام کی کسی فائل کے مطالعہ کی اشد ضرورت ہے۔ یورک ایسڈ کو جسم سے خارج کرنے میں گاجر۔ بات گوبھی۔ انجیر۔ پالک مولی۔ آنولہ لاجواب ہیں۔ بخار کو کم کرنے میں موسمی اور سنترہ۔ پانڈو روگ میں انار۔ آنولہ اور پپیتہ مفید ہیں۔ شریفہ اور کریلا میں گٹھیا کے انسداد کی عجیب طاقت ہے اور گردہ کی پتھری نکالنے میں خربوزہ بے جوڑ ہے۔

دوا اور دعا کے پیچھے پریشان بیماروں کو کھوئی ہوئی تندرستی کی واپسی کے لئے پھلوں کی خوراک پر رہنا ضروری ہے۔ اس کا فائدہ وہ ہفتوں میں نہیں گھنٹوں میں محسوس کر سکتے ہیں۔

پھلوں کا برعکس اثر:۔ کثرت استعمال آب حیات کو بھی زہر ہلاہل میں تبدیل کر دیتا ہے۔ پھلوں کی زیادتی بھی پریشانی کا باعث بن جاتی ہے۔ اس لئے کس پھل کی بدہضمی کو کس طرح مٹانا چاہئے؟ اس پر بھی کچھ لکھنا بے محل نہ ہوگا:۔

۱۔ کٹھل کی بدہضمی میں ——— پکا ہوا کیلا کھائیں۔
۲۔ کیلے 〃 〃 〃 ——— الائچی خورد 〃

۳ - آم کی بد ہضمی میں ـــــ دودھ پلائیں
۴ - فالسہ 〃 〃 〃 ـــــ نیم کی منکوری کھلائیں
۵ - بیل 〃 〃 〃 ـــــ 〃 〃
۶ - کھجور 〃 〃 〃 ـــــ سونٹھ اور ناگرموتھا 〃
۷ - خربوزہ 〃 〃 ـــــ شربت پلائیں۔
۸ - ناریل 〃 〃 〃 ـــــ چاول کھلائیں۔
۹ - گولر - انجیر - پیپل 〃 〃 ـــــ سونٹھ 〃
۱۰ - کسیرو کی 〃 〃 ـــــ ناگرموتھا 〃
۱۱ - تربوز - چرونجی 〃 〃 ـــــ ہرڑ 〃

دودھ (پروٹین) - کیلا (اسٹارچ) - خربوزہ - دودھ - کھٹے پھل اور دودھ کا میل مضر ہے۔

راجستھان میں ویدوں وحکیموں کی رجسٹریشن - پنجاب کے وید و حکیم بھی رجسٹرڈ ہو سکتے ہیں!

راجستھان سرکار نے پنجاب کے وید و حکماء صاحبان کو رجسٹریشن کی سہولیت عنایت فرمائی ہے جو اصحاب راجستھان میں رجسٹرڈ ہونا چاہتے ہیں اُنکو چاہیے کہ فوراً ہی رجسٹرار آیورویدک اینڈ یونانی بورڈ راجستھان جے پور کی خدمت میں ۱۲ اگست ۵۸ء تک فارم پُر کر کے بھیجدیں - یہ فارم بمعہ رجسٹریشن فیس دس روپیہ کسی فسٹ کلاس مجسٹریٹ اور اپنے صوبہ کے سکرٹری آیورویدک یا یونانی سے تصدیق کروا کر بھیجنا چاہیے - یہ فارم ہندی میں چھپے ہوئے ہیں مگر اردو یا انگریزی میں بھی پُر کیئے جا سکتے ہیں ـــ فارم مذکور دفتر رجسٹرار آیورویدک اینڈ یونانی بورڈ راجستھان جے پور سے مل سکتے ہیں۔

آنکھیں بِن جگ سُونا

آنکھیں زندگی کی زبردست نعمت ہیں اور انکی صحت پر مبنی ہے انبساطِ حیات۔ انہیں تندرست رکھنے کا یہ طریقہ شری آشوتوش آیوروید آچاریہ کے سالوں کے معالجہ کا نچوڑ ہے۔

آنکھوں کے بغیر دُنیا کی جملہ چہل پہل۔ زندگی کا تمام مزہ، موج سب بیسود ہے۔ اندھا ان تمام چیزوں سے محروم ہوتا ہے محض اسی لئے وہ آپکی ہمدردی کا سب سے زیادہ مستحق ہے۔ شریمد بھاگوت کے مطابق پرماتما کی دو آنکھیں ہیں۔ دن اور رات۔ وہ انہیں کے ذریعہ خلقت کو دیکھتا اور خوش ہوتا ہے خلقت بھی ان کے ذریعہ اس کے وجود کی قیاس آرائیاں کرتی ہے۔ اسی طرح ہر جاندار میں روشنی کا مسکن ہیں دو آنکھیں۔ ہم ان کے ذریعہ دُنیا کو دیکھتے ہیں اور دُنیا ہم کو۔ انہیں جسم کے نہیں دل کے دو جھروکے سمجھئے۔

قدرت نے ان کی صحیح عظمت کا اندازہ لگا کر انہیں ہڈیوں کا محفوظ مسکن بنا کر مقیم کیا ہے۔ پلکوں کے کواڑ۔ ابرو کی محراب بنا کر انہیں مکمل طور سے محفوظ بنا رکھا ہے۔ ان کو دھو کر صاف رکھنے کے لئے آنسوؤں کے جھرنے فٹ کر

دیئے ہیں جس میں لائی سوزایم جز کی موجودگی کے باعث کیڑوں کو مارنے کی عجیب و غریب طاقت ہے۔ برکلی لبارٹری میں کینسر میں مبتلا چوہوں کے جسم میں لائی سوزایم جز انجیکشن کے ذریعہ پہنچایا گیا۔ مرض کے تمام علامات کافور ہو گئے اور ان کی عمروں میں بھی اضافہ ہو گیا۔ پھر بھی اس نازک عضو کے لئے کافی دیکھ بھال کی ضرورت ہے۔

وجوہات:- ● ہاتھ۔ انگلی۔ ناخن اور چہرہ کو ہمیشہ صاف رکھئے۔ گندہ ہاتھ گندہ رومال آنکھوں تک نہ پہنچنے دیجئے۔

● دوسروں کا رومال۔ تولیہ۔ اوپر ڈالنے کی چادر۔ سُرمہ کی سلائی کا کبھی استعمال نہ کیجئے۔ بغیر معالج کے مشورہ کے کوئی دوا آنکھوں میں نہ ڈالئے۔

● تیز روشنی۔ طلوع ہونیوالے آفتاب پر متواتر نگاہ نہ جمائیے۔! دھوپ میں ننگے سر گھومنا۔ دھوئیں میں رہنا۔ گرد و غبار میں بیٹھنا۔ منہ پر مکھیوں کو بھنکنے دینا خطرناک ہے۔

● آنکھ کے بیماروں کی قرابت اور ان کی ہر چیز سے دور رہیں!

● ہر بچہ کو پیدا ہونے کے تین دن کے اندر چیچک کا ٹیکہ لگوائیے اور پھر چھٹے اور گیارھویں سال میں بھی۔ کیونکہ چیچک کی بیماری عام لوگوں کو بدصورت ہی نہیں بناتی بلکہ آنکھوں کو خراب کرکے زندگی کو بھی تلخ بنا دیتی ہے۔

● کھانے میں دودھ۔ گھی۔ پھل۔ ٹماٹر۔ گاجر۔ آنولہ۔ بیل ضرور کھائیے ہماری خوراک کا اثر جسم پر پڑتا ہے۔ آنکھیں جسم کا ایک عضو ہیں۔ وہ خوراک سے مؤثر نہ ہوں — ممکن نہیں!

اندھے:- دُنیا میں اندھوں کی تعداد پچاس لاکھ ہے اور اس سے کئی گنا زیادہ ایسے لوگ ہیں جو آنکھوں کی ان بیماریوں میں مبتلا ہیں جو کہ قریب قریب اندھوں کے ہی مشابہ ہیں۔ ایسے لوگ اپنے اور سماج دونوں کے لئے بیکار ہیں۔ زمین کی پیٹھ کا بوجھ ہیں! ہمارے ملک میں اندھوں کی تعداد دوسرے ممالک کے اندھوں سے کہیں زیادہ ہے اور دوسرے راجیوں کی بہ نسبت یو۔ پی میں ان کی تعداد اور بھی زیادہ ہے۔ بھارت میں فی لاکھ ایک سو ستر اندھے ہیں لیکن محض یو۔ پی میں دو سَو اکانوے اس طرح دُنیا میں تقریباً ڈیڑھ یا دو کروڑ نابینا ایک معمہ کی شکل میں موجود ہیں۔ ہمارے راجیہ میں اس بڑھی چڑھی تعداد کا باعث ہے ہماری غریبی اور لاعلمی۔

خاص امراض:- ۱۔ روہے۔ ککرے یا کتھرو۔ اُٹھی ہوئی آنکھوں کا صحیح علاج نہ ہونے کی وجہ اور گندگی سے یہ مرض پیدا ہو جاتا ہے اور لوگوں کو اندھا بنا کر چھوڑ جاتا ہے۔

۲۔ چیچک:- آنکھوں کی خرابی اور اندھے بنانے میں اس مرض کا خاص حصہ ہے۔

۳۔ سوکھا روگ:- جن بچّوں کو مقوی اغذیہ نہیں ملتی یا جو بچّہ بیمار بچّوں کا دُودھ پیتے یا یہ دُودھ جلدی چھوڑ کر دال چاول بسکٹ وغیرہ کھانے لگ جاتے ہیں اُن کی آنکھیں اکثر خراب ہو جاتی ہیں۔

۴۔ رتوندھی:- اس بیماری میں بیشتر مریض کو محض رات میں دکھلائی نہیں دیتا لیکن دن میں برابر کام کرتا رہتا ہے۔ آہستہ آہستہ لوگوں کی نگاہ کمزور ہو جاتی ہے۔

۵۔ موتیا بند:- ضعیفی میں یہ مرض بھی حاوی ہو کر لوگوں کو اندھا بنا دیتا ہے

اسے عوام کی زبان میں سیل بائی بھی کہتے ہیں۔

احتیاط:- ● ہرڑ، بہیڑا اور آنولہ کے پانی سے آنکھیں دھونا اور اس کے چھ ماشہ سفوف کا یومیہ استعمال کرنا نہایت مفید ہے۔

● صبح و شام کو منہ میں ٹھنڈا پانی لیکر کھلی آنکھوں میں ٹھنڈے پانی کے چھینٹے اس وقت تک مارتے رہیں جب تک کہ منہ کا پانی گرم نہ ہو جاوے۔

● کھانا کھانے کے بعد دونوں ہتھیلیوں کو آپس میں رگڑیں اور انہیں آنکھوں پر پھیر لیں۔

● کھانا کھانے کے بعد کُلی وغیرہ کرکے سر دھو ڈالیں۔

● ۶ ماشہ آنولہ تازہ اور ۳ ماشہ سفوف اسگندھ روزانہ شہد کے ہمراہ کھلائیں۔

● شاذ و نادر پیروں کے انگوٹھوں میں سرسوں کے تیل کی دو چار بوندیں ضرور ٹپکادیں۔

● ننگے پیر شبنم سے نم گھاس پر چہل قدمی کرنا بھی آنکھوں کے لئے مفید ہے۔

● آنکھوں کی بیماری میں مصالحہ اور نمک کا استعمال ترک کر دیں!

● قبض کی شکایت نہ ہونے دینا صحتِ چشم کا راز ہے۔

راولفیا کی کہانی (گزشتہ سے پیوستہ)

اور وہ یہ ہے کہ سائینٹفک تفتیش و تحقیق ایک ایسا طویل عمل ہے جس کو ہفت خواں کی پیمائش کرنی پڑتی ہے۔ موجودہ منزل پرہا اگرچہ غیر معمولی ذہانت سے راستہ کا کوتاہ ہو جانا ممکن ہے لیکن ایسی تحقیق و اختراعی ذہانت کمیاب ہے اور ریسرچ کے بعض میدانوں میں بازی لے جانے کے لیے کاوش اور عرق ریزی ہی کو نمایاں فوقیت حاصل ہے اور کامیابی، اگر مقدر میں ہو تو وہ اس میدان میں سائینسدانوں کے باہمی تعاون اور مسلسل سعی سے ہی حاصل ہوتی ہے۔ چناں چہ راولفیا کی داستان سے یہ سبق ملتا ہے کہ ایک نئی دوا کو بروئے کار لانے کے لیے کیمیا دانوں، دوا سازوں اور دوائی اثرات کا تجربہ کرنیوالوں کی مشترکہ مساعی اور ضروری ساز و سامان کی کس قدر ضرورت ہے، اور بد قسمتی سے اس ادارے میں جہاں کام کا آغاز کیا گیا ان چیزوں کی کمی تھی۔ یہ بھی تجربہ ہوا کہ تاوقتیکہ باقاعدہ اور پورے اہتمام سے تحقیقات کا کام نہ کیا جائے نئی دریافتوں کا اعزاز اور ان سے حاصل ہونیوالے صنعتی فوائد سے ہاتھ دھونا پڑتا ہے۔

مشکلات:۔ مزید برآں یہ بھی بخوبی واضح ہوتا ہے کہ سائینٹفک ریسرچ کا پھل آسانی سے حاصل نہیں ہوتا۔ بلاشبہ ریسرچ کا کام آزمائشی امتحانات اور فنی دیدہ ریزی کے ایک سلسلہ سے تعبیر کیا جا سکتا ہے جو کسی دوسرے شخص کے صنعتی کاروبار کے فروغ پر منتج ہوتا ہے لیکن ریسرچ کے خالص عملی میدانوں میں بہت سے پیچیدہ مسائل کے حل کے لئے اس تصور کے بہت محدود ہونے کا احتمال ہے۔ کاردان افراد کو مستعار طور پر جمع کرنا، مشینری اور دیگر سامان کے لئے فنڈ کا مہیا کرنا اور ہنرمند منتظمین کی فراہمی یہ سب صنعتی کارخانہ کی چمنی کو فروزاں کرنے کے لئے لازمی ہیں۔ اگرچہ قومی ارتقا کے ہر شعبہ

میں ریسرچ کی ضرورت کا احساس بڑھتا جا رہا ہے، لیکن یہ ملحوظ رکھنا ضروری ہے کہ پودوں کی ریسرچ، لیبارٹری کے لامتناہی آزمائشی تجربات و عملیات اور ماہرانہ مشوروں اور امداد کی محتاج ہوتی ہے۔ لہٰذا اگر قومی منصوبہ بندی کے پروگرام میں ریسرچ کی مجموعی اہمیت کا اندازہ موجودہ دستور کے مطابق صنعتی منصوبوں کے ذریعے فوری بازیافت سے موازنہ کرتے ہوئے کیا جاتا رہے گا تو ملک میں ریسرچ کے کام کو سخت صدمہ پہنچے گا۔ مجھے یقین ہے کہ راولفیا کے ضمن میں ہمارے تجربات اس روش کی اصلاح میں معاون ثابت ہوں گے۔

امتدادِ زمانہ کے ساتھ سائنس نے مظاہر قدرت کے عجیب و غریب انکشافات و اختراعات کے ذریعہ خاص طور پر موجودہ صدی میں انسان کی جو خدمت کی ہے اس نے مغرب میں اہلِ سائنس کو خاص اعزاز و اقتدار کے درجہ پر فائز کیا ہے لیکن وہ ممالک جو پسماندہ خیال کیے جاتے ہیں ان میں انکے اس استحقاق کو نظر انداز کر دیا گیا ہے جس کا نتیجہ یہ ہے کہ نئی نسلوں کے لئے ریسرچ کے کام میں کوئی جاذبیت نہیں ہے۔ ان میں سے جو زیادہ ذہین اور ہوشمند ہیں وہ بیشتر نظم و انتظام کے شعبوں میں ملازمت کی طرف رجوع کرتے ہیں۔ ریاست کے معماروں کو اس حقیقت کا احساس ہونا چاہئے کہ کوئی ملک صنعتی ترقی کے وسیع میدانوں میں دوسروں کے اکتسابات و تجربات اور فیاضانہ امداد پر تکیہ کر کے بیٹھ رہنے سے عظمت کی راہ پر گامزن نہیں ہو سکتا۔ بلا شبہ اگر اربابِ ریاست میں اس حالت سے نکلنے کی لگن اور تڑپ ہے جس کو ٹوئن بی (TOYNBEE) نے قوموں کے عروج و زوال کی تحلیل و تشریح کرتے ہوئے "ذواتِ علم الانسان" کے نام سے موسوم کیا ہے تو یہ اسی صورت میں ممکن ہے کہ ان اخلاقی و ذہنی اقدار کو مستقل طور پر نشو و نما دی جائے جو صدیوں کے انحطاط کی وجہ سے انتہائی پامال ہو چکی ہیں اور ان میں کچھ بھی جان باقی نہیں رہی ہے۔

اس احیاء و تجدید (نشاۃ ثانیہ) میں سب سے زیادہ اہمیت جس چیز کو دی جانی چاہیئے وہ یہ ہے کہ علم و سائنس کو وہی جلیل القدر منصب پھر حاصل ہو جائے جو مشرقی تہذیبوں کے تابناک عہد میں انہیں حاصل تھا۔ صرف اسی صورت سے نہ صرف جڑی بوٹیوں بلکہ عضوی اور نباتی سائنس کے پورے دائرے میں تحقیق و تلاش کی روایات کو زندہ کیا جا سکتا ہے اور اسی صورت سے پسماندہ ممالک بتدریج مجموعی طور پر ترقی کر کے اقوام عالم کے ایوان میں امتیاز و اعزاز کی نشستیں حاصل کر سکتے ہیں

سائنس کے میدان میں اپنے نووارد رفیقوں سے بھی گزارش کرونگا ——— اس سلسلے میں وہی صحیح مخاطب ہو بھی سکتے ہیں ——— کہ راولفیا کی سرگزشت میں ان کے لئے بھی کچھ اسباق ہیں۔ میرے خیال میں پہلا اور مقدم ترین سبق تو فروتنی اور صبر و ثبات کا ہے۔ سخت محنت پر سالہا سال گزرتے چلے جاتے ہیں اور ہنوز روز اول ہوتا ہے۔ ایسا بھی ہوتا ہے کہ یکایک شعاع امید چمکتی ہے اور عقدہ مشکل خود بخود کھلتا محسوس ہوتا ہے، لیکن پھر نرالی پیچیدگی چکر میں ڈال دیتی اور کبھی ختم نہ ہونے والی تعاقب کا تقاضا کرتی ہے، راولفیا پر پچھلے دو سال کے کام کے دوران میں مجھے یہ محسوس ہؤا کہ میرے بعض رفیق میرے اس حال پر ترس کھاتے ہیں کہ مَیں پھر اس پامال راستہ پر گام فرساں ہوں۔ دوسرے جس کے گوشے گوشے کی خاک چھان کر سُراغ تک پہنچ چکے ہیں اور تلاش کے لئے اب کچھ باقی نہیں بچا، لیکن بالآخر میرا یہ خیال کام کر گیا کہ جڑی کو سکھانے اور سفوف کرنے کی بجائے تر و تازہ جڑوں سے کام لینا چاہیئے اور میرے تجربہ میں ایک شخص کائنات کے عرفان میں اپنے آپ کو کبھی اتنا درماندہ اور شکرگزار محسوس نہیں کرتا جتنا اس وقت جب کوئی گمان کام کر جاتا ہے لیکن آخر اس گمان کے دل میں آنے کی حقیقت کیا ہے؟ اس کی حقیقت سعی پیہم میں مضمر ہے۔ یہ گمان اس وقت خود چل کر آتا ہے۔

جب انسان موجودہ زمانے کی روزمرہ کی پریشانیوں میں گھرا رہنے کے باوجود رات دن ارادی اور غیر ارادی طور پر اس ایک فکر میں مستغرق و مجبور کر ذوق تجسس کے مزے لوٹتا رہتا ہے۔ علاوہ ازیں اس انعام کا تعلق مادی فوائد سے یکسر کنارہ کشی سے بھی ہے کیونکہ اوّل تو مادی فتوحات فانی ہیں، دوسرے یہ بھی ممکن ہے کہ متوقع دولت و شوکت دوسروں کے حصے میں آئے اور وہ خود اس سے بہرہ مند نہ ہو سکے۔

گرہ میں باندھنے کی باتیں :- ہر چند میں اپنے نوواردِ رفقاء کے مادی مفاد کے لئے سخت کوشاں ہوں ---- اور وہ نتائج جو میں نے راولفیا کی داستان سرائی میں حکومت کے سوچنے کے لئے پیش کئے ہیں میری بات پر گواہ ہیں ----- تاہم ہماری حقیقی بھلائی اسی میں ہے کہ ہم یہ نہ بھولیں کہ دوسری تخلیقی جگر کاویوں کی طرح سائینٹفک ریسرچ کا معاملہ بھی ہمیشہ "معاملاتِ محبت" (LOVE AFFAIR -) ہی کا سا رہے گا یعنی ایک باطنی تقاضا اور طبعی ترغیب کا تقاضا جس کو مادی سود و زیاں سے نہیں تولا جا سکتا۔ شاید اسی سبب سے (بشرطیکہ مجھے ٹھیک یاد رہا ہو) پروفیسر برنل (BERNAL) کا خیال ہے کہ سائینسدانوں کی مادی بہبودی کے ساتھ ایسے مفاد پرست افراد اہل سائینس کے دل فریب حلقہ پر حملہ آور ہو جائیں گے جو سائینس کی طرف خصوصی رجحان یا ذوق نہیں رکھتے اور ایسے لوگوں کا داخلہ آگے چل کر سائینس کے حق میں مضر ہوگا اور یہ صورتِ حالات موجودہ دَور کے غیر روحانی اور حقیقت پسند نوجوان کے لئے سخت کٹھن ہے۔ بہر حال سائنس کی پکار موجود ہے۔ دیکھنا یہ ہے کہ اس صلائے عام پر لبیک کہنے والے کتنے ہیں۔

عملی نکات :- اس کسی قدر فلسفیانہ تبصرہ کے پہلو بہ پہلو راولفیا کی سرگزشت سے نوواردوں کے لئے چند توجہ طلب نکات بھی مستخرج ہوتے ہیں۔ اس سے پہلے بار بار اس امر کی طرف توجہ دلائی جا چکی ہے کہ نباتی پودوں سے اجزائے موثرہ جدا کرنے

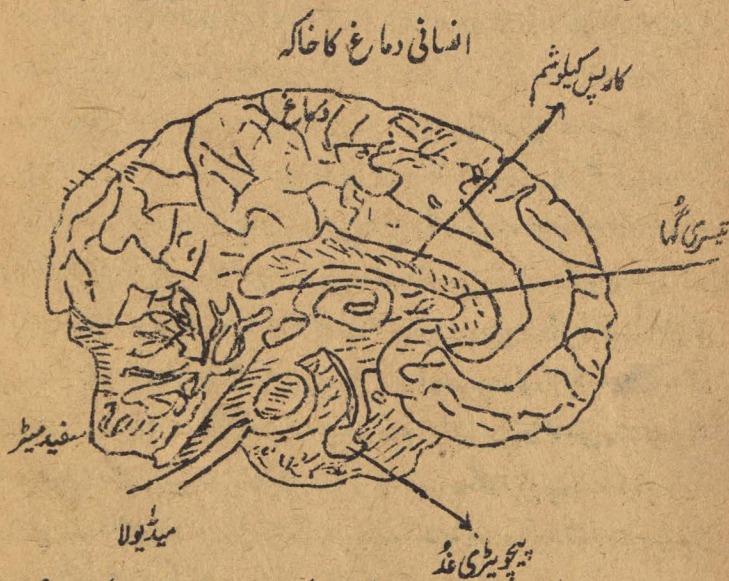
کے لیئے تروتازہ نبات اور امکانی حد تک لطیف و نازک عملیات سے کام لینا چاہیئے۔ میں خود خیال کرتا ہوں کہ میں اپنے شاگردوں کو یہ مشورہ دینے میں غلطی نہیں کرتا رہا ہوں کہ پودوں سے ایسی نرمی سے کام کرنا چاہیئے گویا تم خود اپنی نرم و نازک جلد پر کام کر رہے ہو۔ اس طریقے سے بارہا گراں قدر نتائج برآمد ہوئے ہیں اور مجھے بار بار ان شخصیتوں پر تعجب ہوتا رہا ہے جو پودوں کو اکثر تیز اور شدید عملیات کا ہدف بناتے ہیں۔ انہیں نظریات کو پیش نظر رکھ کر نو الکا لائڈ برآمد کیئے جا سکے جن میں ریسرپین بھی شامل ہے۔ ہم نے جدید پر تکلف تکنیک یعنی رنگین عکاسی[1] متقابل رو کی تقسیم (COUNTER CURRENT DISTRIBUTION) وغیرہ سے مطلق کام نہیں لیا ہے۔ مغربی سائنسدانوں کے لیئے اس طریقہ کار کو استعمال کرنا واقعی دقت طلب ہے لیکن گرم اور مرطوب خطوں میں جہاں دوائی جڑی بوٹیوں کی فراوانی ہے ریسرچ کے بہتر مواقع موجود ہیں اور یہ ہمارا کام ہونا چاہیئے کہ ہم ان سے پورا فائدہ اٹھائیں۔ یہاں پھر یہ ملحوظ رہے کہ خواہ دوا کے خالص شفاف اجزا کو برآمد کر کے ان پر غور کرنا کتنا ہی ضروری ہوتا ہو، اجزائے موثرہ کو ہی مرکب شکل میں جس میں وہ خالص طبعی طور پر پائے جاتے ہیں برآمد کر کے تجربہ کرنا ہرگز فراموش نہیں کرنا چاہیئے۔ اس طریقے سے خاص طور پر قوی الاثر پودوں پر فکر و عمل کی نئی راہیں کھل سکتی ہیں ۔۔۔۔ مجھے اس بات کا شدید احساس ہے کہ میں نے راولفیا کی روئداد کو پیش کرنے میں اسراف سے کام لیا ہے نیز میں نے کوشش تو بہت کی ہے کہ اپنے بیان کو مصطلحات سے بچایا جائے تاہم ممکن ہے کہ مجھے پورے طور پر کامیابی نہ ہوئی ہو۔ بایں ہمہ مجھے توقع ہے کہ راولفیا کی روئداد اور اس سے حاصل شدہ اسباق سے قارئین کو چند ایسے اہم امور کی طرف توجہ مرکوز کرنے میں مدد ملے گی جن کا ملک میں سائنٹفک کام کی ترقی سے بالعموم اور دوائی پودوں کے مطالعہ سے بالخصوص تعلق ہے۔　　(ماخوذ)

---

[1] CHROMATOGRAPHY

نیند بھی ایک معمّہ ہے!

درجہ حرارت اور نیند کا تعلق - زیادہ سونا بھی خطرہ سے خالی نہیں صحت کے اس ضروری پہلو پر روشنی ڈالنے والے ہیں شری رویندر ناتھ وید شاستری کلکتہ ـــ

انسانی دماغ کا خاکہ

دو تہائی عُمر جاگ کر اور ایک تہائی زندگی سو کر گزرتی ہے۔ سونا اور جاگنا دونوں صحت کے لئے ضروری ہیں! ایک نونہال بچہ ۱۸ گھنٹہ سوتا اور محض ۸ گھنٹہ جاگتا ہے! جیوں جیوں اس کے اعضاء کا نشوو نما ہوتا ہے۔ اُس کے جاگنے کے وقفہ میں اضافہ ہوتا ہے جاگنے

اور سونے کے فعل کو قابو میں رکھنے والا ہے۔ ہمارا بیرونی دماغی ریشہ (Cere Brel Cortex)۔ یہی ہمارے اعصابی مراکز کا عضو مخصوص ہے۔ سونے اور جاگنے کے فعل میں انسان اور کُتے کی کافی مشابہت ہے! ایک بالغ کُتے کے بیرونی دماغی تنتو کو چیر پھاڑ کر نکال دینے پر وہ پھر اپنی عہد طفلی میں واپس آجاتا ہے۔ بھوک لگنے کا وقت چھوڑ کر باقی تمام وقت وہ نیند کی گود میں آرام کیا کرتا ہے! اتنا ہی نہیں وہ اپنے پرانے تجربات اور پرانی معلومات کو اکدم بھلا دیتا ہے۔ کچھ بچے اس دماغی عضو کے بغیر ہی پیدا ہوتے۔ سال دو سال بعد مر جاتے۔ اپنے پرورش پانیوالوں کو کم پہچانتے۔ محض کھانے کے وقت جاگتے ہیں۔

دماغ کے ایک حصہ "ہپوتھلےمس" میں چوٹ لگنے پر بھی سوتے رہنے کی بیماری کا مشاہدہ کیا گیا ہے یقینی طور سے ہم اس سونے کو نیند نہیں کہہ سکتے ہیں۔ باہر دماغی تنتو، جب تک اعصابی پردہ کے اندرونی حصے (بیرونی جلد کے نیچے کا حصہ Sus Cartical region) سے ملا رہتا ہے۔ اسی وقت تک نیند اور جاگنے کی لہروں کا سلسلہ جاری رہتا ہے! لیکن یہ تعلق ٹوٹتے ہی ان لہروں میں محض نیند ہی بچ جاتی ہے۔ "سب کارٹیکل ریجن"، محض باہری دماغی تنتو یا جملہ جسم کو جاگنے اور سونے میں مشغول ہی نہیں کرتا بلکہ خود بھی جسم اور دماغ سے متحرک ہو کر چست پھرت رہتا ہے! بیرونی دماغی تنتو ۶۰ سے ۹۰ گھنٹوں تک بیدار اور متحرک رکھے جا سکتے ہیں! لیکن اس کی قدرتی طاقت سے زیادہ دیر تک متحرک اور بیدار رکھنے سے پاگل پن بھی دامن دبوچ لیتا ہے۔

خواب اور بیداری کے اس فعل کا مطالعہ کرنے پر ایک نہایت کارآمد امر کا پتہ چلا ہے کہ ہمارے جسم کا درجہ حرارت یکساں نہیں رہتا۔ دن کے دوپہر میں درجہ حرارت اونچا اور آدھی رات میں نیچا رہتا ہے۔ درجۂ حرارت میں اضافہ ہونے پر پانی کی طرح

جسم میں بھی اتار چڑھاؤ ہوتا ہے اور اس سے جسم بیدار رہتا ہے۔ درجہ حرارت کم ہونے پر جسم میں بھی سُستی اور ڈھیلاپن آجاتا ہے۔ اس لئے آدھی رات سونے کے لئے زیادہ موزوں ہے لیکن بچّہ دن رات سویا کرتا ہے کیونکہ جوان کی مانند اس کے درجہ حرارت میں اتنا تفرقہ نہیں رہتا ہے۔

جسمانی اعضاء۔ گوشت کے پٹھوں کو آرام پہنچانے سے درجہ حرارت گھٹتا ہے ہے اور متحرک رکھنے سے بڑھتا ہے جسمانی درجہ حرارت جاگنے اور سونے کے سلسلہ میں تبدیلی کے باعث اپنی عادت نہیں بدل سکتا! اس میں تبدیلی کرنے سے صحت پر اثر پڑتا ہے۔

پنجاب میں ویدوں اور حکیموں کی رجسٹریشن کے انتظامات

رجسٹریشن کے دو مختلف دفتر امرتسر اور پٹیالہ میں ہونے سے ویدوں اور حکیموں کو مغالطہ رہتا ہے۔ ڈائرکٹر آف آیوروید کا دفتر پٹیالہ میں ہونے سے وید اور حکیموں کی رجسٹریشن کا دفتر بھی پٹیالہ میں ہی ہے۔ اس خیال سے انہیں خط لکھ دیتے ہیں اور بہت سے وید اور حکیم اپنی تجدید فیس بھی وہاں بھیج دیتے ہیں۔ اس سے جہاں دفتروں کو پریشانی اور تکلیف ہوتی ہے وہاں ویدوں اور حکیموں کو بھی اپنے خطوں کا وقت پر جواب وغیرہ نہ ملنے سے پریشانی ہوتی ہے۔

پنجاب بورڈ کے ممبروں کی نامزدگی ۱۹۵۰ء میں صرف دو سال کے لئے کی گئی تھی لیکن اس جمہوریت کے زمانہ میں آٹھ نو سال گزر جانے پر بھی نئے چناؤ نہیں کرائے گئے۔ پنجاب کے رجسٹریشن بورڈ کے رجسٹرار کی میعاد جون ۱۹۵۸ء میں ختم ہوتی ہے اس کے بعد دونوں بورڈوں کے دفتروں کو ایک ہی رجسٹرار کے ماتحت ایک ہی جگہ رکھنا بہتر ہوگا۔

ڈی ڈی پرنٹرز امرتسر

مشاہدات تحقیقات اور معلومات

لڑکا یا لڑکی:- آوا یونیورسٹی کے پروفیسر ایمل وِٹس چی نے حمل میں لڑکا ہے یا لڑکی؟ اس کے پتہ لگانے کے طریقہ میں نئے مشاہدات کئے ہیں۔ اب تک سات ہفتہ قبل کے حمل سے یہ پتہ نہیں چلتا تھا لیکن اب حمل کے دل کی بڑی سیلوں کی نیوکلی
(nuclei of the large cells of embeyniepeal)
کے معائینہ سے ڈاکٹر وٹس چی تین ہفتہ کے نطفہ سے ہی لڑکے لڑکی کا پتہ لگا لیتے ہیں جنسی تبدیلی بھی انہیں شروع کے ہفتوں میں جرم سیل میں واقع ہوتی ہے۔ زنانہ جنسی ہارمون کی امداد سے ڈاکٹر موصوف نے اس قسم کی تبدیلیوں کا بھی مشاہدہ کیا ہے۔

ناڑیوں کی سختی (Arteriosclerosis) اور غذاء
اب تک ڈاکٹروں کی متفقہ رائے تھی کہ کلورک غذا (caloric) کو روک دیجئے۔ روغنیات، گھی وغیرہ کے استعمال میں کمی کیجئے۔ اس تکلیف میں افاقہ ہو جائیگا۔ امریکن ہارٹ۔ ایسوسی ایشن نے اس کی وجوہات کا مطالعہ کرنے کے لئے ایک کمیٹی تعینات کی تھی۔ اس نے اس بیماری کی وجوہات بتلائی ہیں۔ پشتینی سلسلہ۔ خوراک۔ خون کا دباؤ۔ خون کے چربی والے اجزاء

بیدل والا کتا بھی دو گھنٹہ بھونکتا رہا:- کچھ وقت قبل ایک کتے کا دل نکال دیا گیا جو کہ دو گھنٹے تک برابر کام کرتا رہا۔ اب برقی امداد سے مصنوعی دل۔ گردہ پھیپھڑہ وغیرہ طیار کر کے اصلی کی بجائے لگانے کی تجویز ہو رہی ہے۔ یہ مصنوعی اعضاء بالکل اصلی کے مانند کام کریں گے۔

مے خواری اور توبہ! شام کو مے خواری اور صبح کو توبہ کرنیوالے لوگوں

میں منشی اشیاء کے لئے وہی مطالبہ جسم کرتا ہے جیسا کہ بھوکے انسان کا جسم خوراک کے لئے۔ ٹکساز یونیورسٹی کے ڈاکٹر راجر۔ ج۔ ولیمس کا کہنا ہے کہ نشہ کی یہ بھوک نشے باز کے دماغ سے (Hypothalamus of Brain) پیدا ہوتی ہے۔ یہ حالت اسی وقت نمودار ہوتی ہے جب نشے باز کی خوراک میں امینوایسڈ، معدنیات اور وٹامن کی زیادہ خامی ہوتی ہے۔ اگر اُس وقت غذا کی یہ خامی فوراً دُور کر دی جائے تو یہ دماغی تقاضا ختم ہو جائے گا اور آہستہ آہستہ نشے بازی کی لت سے نجات مل جائے گی۔ ڈاکٹر موصوف نے یہ مشاہدہ نشہ باز لڑکوں پر کامیابی کے ساتھ کیا ہے۔

خرید دُودھ کا خرچہ ختم! وِس کانس یونیورسٹی نے دُودھ کو اس شکل میں تبدیل کر دیا ہے جس کے ذائقہ میں کوئی فرق نہیں۔ پھر بھی وہ ریفریگیشن کے بغیر ۸ ماہ تک رکھا رہ سکتا ہے۔ اسے یوں ہی کھائیے کریم کا مزہ دیگا۔ دُگنا پانی ملا دیجئے تازہ دُودھ جیسا معلوم ہوگا

تیز نظر کو تیز کیجئے: گے نیر ہسپتال لندن کے ماہر چشم ڈاکٹر پیٹر گارڈنر نے ۹۱ سکول جانیوالے بچوں پر اپنا مشاہدہ شروع کیا۔ ان بچوں کی آنکھوں کی روشنی کم تھی۔ یہ "Myopia" کے مریض تھے۔ ان کو اس خوراک پر رکھا گیا جس میں ۱۰ فیصدی کلوریز کا اضافہ تھا اور یہ کلوریز جانوروں کے پروٹین سے حاصل کی جاتی تھی۔ جنھوں نے اس سے انکار کیا ان کو یہ پروٹین کلشیم کیسی نیٹ کی شکل میں کھلائی گئی اور ان بچوں سے مقابلہ کیا گیا۔ جن کو یہ مخصوص خوراک نہیں دی جاتی تھی۔ مخصوص پروٹین والوں کی نگاہ میں کافی ترقی ہوئی۔ کمی نگاہ کے معاملہ میں سبزیوں کی پروٹین بھی مفید ہے لیکن اتنا نہیں جتنا کہ دودھ!

زمین کے قلب کی دھڑکنوں کا شمار: سائنسدانوں کی ایک ٹولی

اپنے پیروں کو مضبوطی سے زمین میں گڑا کر مشاہدوں کے ذریعہ یہ ثابت کرنے کی کوشش کر رہی ہے کہ زمین کی سطح اسی طرح ساکن اور باقاعدہ ہے جیسے کہ سپرنگدار پلنگ پر ایک طشتری۔

ان لوگوں نے انگلینڈ میں چے شایر کی بیڈسٹن پہاڑی میں ایک گہری کوٹھڑی میں نہایت باریک آلات کو فٹ کیا ہے۔ زمین میں ہونیوالی معمولی سے معمولی حرکت اور دھڑکن کا پتہ لگانے کی کوشش کر رہے ہیں۔ ان لوگوں نے یہ معلوم کیا ہے کہ اگر سکاٹ لینڈ میں کہیں زمین کا دباؤ ہوا تو پورے انگلینڈ کی زمین کی سطح کچھ اونچی اُٹھ جاتی ہے اور بڈسٹن کی پہاڑی آہستہ سے جنوب مشرق کی سمت میں جُھک جاتی ہے۔ انسانی دل کی حرکت کے براڈکاسٹ کے بعد اب زمین کے دل کی دھڑکن کا پتہ لگا کر اس کی انگڑائی اور جمائی لینے کے مشاہدات کا بھی آغاز ہوا ہے!

گوشت کا کاٹا لوتھڑا بھی زندہ پنڈ:۔ لکھنؤ کے بلرام پور ہسپتال میں ایک ۲ سالہ لڑکے کی پُشت کے بڑھتے ہوئے گوشت کے ایک لوتھڑے کا آپریشن کیا گیا۔ آپریشن کرنیوالے ڈاکٹر ہشرا نے آپریشن کے بعد اسے زندہ گوشت کے پنڈ کی شکل میں پایا۔ یہ اپنی قسم کا ایک عجیب و غریب واقعہ ہے۔ عام طور پر علیحدہ علیحدہ پیدا ہونیوالے جڑواں بچے زندہ رہتے ہیں۔ لیکن ایک دوسرے سے چپکے ہوئے پیدا ہونیوالے بچے" مر جاتے ہیں۔ لیکن اُس گوشت کے لوتھڑے میں بعد آپریشن بھی جان موجود تھی۔

آسمان کے پاسپورٹ کا سوال:۔ زمین کے لئے کتوں والی نوچ گھسیٹ کے باعث۔ زمین کا ہر انچ انسانی لہو سے ایک نہیں صدہا بار تر بتر ہو چکا ہے۔ اب سائنسدانوں نے آسمان پر بھی چڑھائی کر دی ہے۔ ایک ماہر سائنس کا مشاہدہ ہے کہ زمین کے ہر چہار طرف ریڈیم کے تاثرات کا جو چکر ہے وہ آسمانی سفر کا کوئی

زبردست روڑہ نہیں۔ اس سے پہلے جس خطرناک شعاع کا پتہ لگا تھا۔ بہت ممکن ہے کہ وہ بھی سورج سے نکلنے والی غیر معمول گیس کی وجہ ہو!

مصنوعی سیاروں (Sputnik) سے یہ اشارہ موصول ہوا ہے کہ یہ شعاع شفق فروغ اور زمین سے اندازاً ۲۵ میل چمکتی طوفانوں سے پیدا ہونیوالی شعاع ہی جیسی ہوا ہے۔ یہ بھی پتہ چلا ہے کہ سال میں دو مرتبہ آسمان پر طوفانی برقی ایٹم گھر آتے ہیں اور یہ ہوائی جہازوں کے لیے مضر ہیں۔ سورج کی زمین سے تفاوت ۹ کروڑ ۳۰ لاکھ میل ہے۔ جتنا ہی ہم سورج کی طرف بڑھیں گے مشکلات بڑھتی جائیں گی۔ کہنے کا منشا یہ ہے کہ انسان نے سائنس کی امداد سے اب آسمان کے متعلق بھی کام چلاؤ واقفیت حاصل کر لی ہے۔ زمین کو خون آلود کرنے کے بعد اب اس کا دوسرا قدم آسمان کی طرف بڑھ رہا ہے۔ تعجب نہیں کہ وہاں سے بھی وہ خون کی بارش کا پروگرام تیار کر رہا ہو!

دو سال قبل کا وقوعہ ہے کہ شکاگو کے مسٹر جیمس منہن نے اپنے کو آسمان کی بیرونی حکومت کا غیر ملکی وزیر کا اعلان کیا اور وہاں کے سفر کا پاسپورٹ دینے کا بھی ارادہ ظاہر کیا تھا۔ اس وقت لوگوں کو منہن کی بات بھلے ہی مضحکہ خیز معلوم ہوئی ہو لیکن آج اس کی صداقت میں شبہ کی مطلق گنجائش نہیں۔ مسٹر منہن کے مضحکہ میں اُس وقت بھی امریکی ارادہ بول رہا تھا اور اسے جاننے میں سوویٹ نے بھی غلطی نہیں کی۔ اُسی وقت سے آج تک سوویٹ نے اپنے ریزولیوشن کے ذریعہ بیرونی آسمان پر پابندی عاید کرنے کا مطالبہ کیا۔ بلگانن نے میکملن کو لکھا لیکن امریکی اور برطانوی پالیٹیشن اسے ٹالتے ہی جا رہے ہیں۔

چندر لوک کا مسافر — مصنوعی انسان :-

مصنوعی انسان کا استعمال دنیا میں کئی موقعوں پر کامیابی کے ساتھ کیا

جا رہا ہے - وہ ریاضی کے پیچیدہ سوالوں کو حل کرتا - کارخانوں کی بڑی بڑی مشینوں کو چلا کر تجارتی پیداوار میں اضافہ کرتا ہے - اب روس نے مشینی انسان (روباٹ) کو ایک راکٹ میں بٹھا کر چندر لوک بھیجنے کا تہیہ کر لیا ہے - یہ وہاں اُتر کر قدرتی حالت کا معائنہ کرے گا - ریڈیو کے ذریعہ دنیا کو وہاں کی حالت سے مطلع کرے گا اور اس کی رہنمائی کریں گے سوویٹ روس کی لیبارٹری میں بیٹھے ہوئے سائنسدان - یہ مصنوعی انسان ڈھائی لاکھ میل کی مسافت کرے گا کیونکہ زمین سے چاند اتنی تفاوت پر ہے -

مایۂ ناز ہستیوں کے مجربات

طلائے عنانت: - ہیرا ہینگ ۱ تولہ - مکھن گائے ۲ تولہ - دونوں کو کانسی کی تھالی میں ڈال کر کانسی کی کٹوری سے ۱۲ گھنٹہ حل کریں - سیاہ ہو جانے پر چینی کے برتن یا شیشی میں رکھ لیں - قضیب پر اس کا ضماد کر کے پان گرم کر باندھیں - پیٹ کو صاف رکھیں - شرطیہ آرام ہوگا -

کشتہ تانبا مقوی: - ہیرا ہینگ ۱ تولہ - اٹ سٹ کی جڑ ۵ تولہ - کچور ۵ تولہ - پیس کر گولا بنا کر اس میں تانبا رکھ کر کشتہ کر لیں - نہایت مقوی ہے -

آیوروید اچاریہ کے - این گنگو دنی ایل ایم ایس

دافع درد گٹھیا: - کورٹی سون (Cortisone) گٹھیا کے درد کو دور کرنے میں بیجا ہے لیکن مرض کی بیج کنی میں بے سود - کیونکہ یہ ادویہ جسم کے نازک توازن (Balance) پر کام کرتی ہے -　　ڈاکٹر سی - آئی کارپینٹر

ہائیڈروسیل پر: - خصیہ کی تھیلی (Scrotum) میں چوٹ لگ جانے سے اکثر چاروں طرف سوجن ہو جایا کرتی ہے اور ہائیڈروسیل کی صورت

اختیار کر لیتی ہے۔ ایسی حالت میں لنگوٹ باندھنا (Jack Strap) مفید اور ضروری ہے۔ بیلاڈونا یا آیوڈکس کے مقامی استعمال سے اکثر بلا تکلیف یہ علامات دُور ہو جاتی ہیں۔ بڑھی ہوئی سوجن کی حالت میں اینٹی بوٹیکس (Anti Bootecs) سے بھی کافی امداد ملتی ہے۔ ——— ڈاکٹر ڈی۔ ایچ۔ کیلر

بلغمی پیلاپن:۔ ۱۔ کف پانڈو میں گوموتر میں کئی بار بھگوئی ہوئی چھوٹی ہرڑ کے سفوف کا استعمال مجرّب ہے۔　　　چرک

۲۔ تازہ آملوں کا رس ۲ تولہ ہمراہ شہد ہمیشہ صبح استعمال کریں۔ انیمیا کمی خون میں مفید ہے۔ ——— سوامی کرشنانند

۳۔ پیلے پن کے ساتھ اگر ہاتھ پیر یا پیٹ پر سوجن بھی ہو تو پنر نوا سُرخ کی جڑ۔ چرائیتہ۔ سونٹھ اور کٹکی کا کاڑھا پلائیں۔　　　سوامی آنند

دافع گلم:۔ کشتہ تانبا کا دست آور ادویہ یا سارک کماری آسو کے ہمراہ استعمال کریں۔ مجرّب ہے ——— گوری شانزادوم

انسداد کھانسی:۔ بلغمی کھانسی میں بلغم کو روکنے میں افیم نہایت مفید ثابت ہوئی ہے۔ یہ مشاہدات نہایت کامیابی کے ساتھ نیو جرسی کے تحقیقاتی انسٹی ٹیوٹ میں کیے گئے ہیں۔ اس کا شمار نیرو کوٹاین (Narocotine) میں کیا گیا ہے۔ اس وقت زیادہ بلغمی بیماریوں میں ان ادویہ کی آمیزش ہوتی ہے۔ ——— رسالہ "ڈاکٹر"

کان کا مواد:۔ بچوں کو اکثر دودھ پلانے کی خرابی کی وجہ سے کان بہنے لگتا اور مواد خارج ہوتا ہے۔ جوان بھی کبھی کبھی اس میں مبتلا پائے جاتے ہیں۔ ایسی حالت میں سوہن بنگ یعنی مرگانگ کا استعمال صحت بخش ہے۔ صدہا بار آزمائش ہو چکی ہے ——— لیڈی ڈاکٹر سوشری کے۔ کماری

نقد و نظر

فارموکوپیا فزدسورا تھراپی یعنی جدید ہومیوپیتھی - (فزولاجیکل) - مصنفہ ڈاکٹر ڈی پی شرما ہومیو)

ناظرین پیغام آیوروید کے لئے ڈاکٹر شرما صاحب کے تعارف کی ضرورت نہیں - کیونکہ یوم اجراء سے ہی ڈاکٹر صاحب کے مضامین پیغام آیوروید کے صفحات کی زینت رہے ہیں - ڈاکٹر شرما صاحب نے سالہا سال کی تحقیق و تجسس سے ہومیوپیتھی طرز پر ہی فزو سورا تھراپی طریقہ علاج ایجاد کیا ہے - اس طریقہ علاج اور ہومیوپیتھی میں فرق اتنا ہی کہ جہاں ہومیوپیتھی سمٹم یعنی علامات پر انحصار کرتی ہے، وہاں فزدسورا تھراپی فزولاجیکل یعنی افعال الاعضا کی بنا پر تمام امراض کے علاج کی دعویدار ہے - چنانچہ کتاب زیر تنقید میں ڈاکٹر ڈی - پی شرما نے اپنی نئی ریسرچ اور جدید تحقیقات سے جو تجربات حاصل کئے ہیں، نہایت فراخدلی سے صفحۂ قرطاس پر بکھیر دیئے ہیں - کتاب ہذا میں کُل اکیاون ادویہ کا بالتشریح بیان درج ہے - یہ ڈاکٹر صاحب کی ایجاد جدید ہیں - ڈاکٹر شرما نے اپنے خیال کے مطابق اس کتاب میں آیوروید سے لیکر دیگر مروجہ پیتھیوں پر تنقید کرنے کی بھی جسارت کی ہے جو بسیط بحث و مباحثہ کا موضوع ہے - مگر ہم تو یہاں اپنے مہربان ڈاکٹر صاحب کی جدت محققانہ کاوش کی داد کی غرض سے یہ ناقدانہ سطور تحریر کر رہے ہیں - جدید تحقیقات کے شایق و نئے نئے طریق علاج کے دلدادہ اصحاب سے ہم پُرزور سفارش کرتے ہیں کہ وہ کتاب ہذا کا مطالعہ کر کے اپنے علم میں اضافہ اور فاضل مصنف کی کاوش کی داد دیں - یہ کتاب $\frac{20 \times 30}{16}$ کتابی سائز پر شائع ہوئی ہے - کتابت، طباعت دیدہ زیب - قیمت صرف ایک روپیہ علاوہ محصولڈاک

ملنے کا پتہ :- نیو ہند ریسرچ فارمیسی - پوسٹ آفس خالصہ کالج امرت سر (پنجاب)

قابلِ تقلید

آیورویدک اور طبی اکاڈمی اتر پردیش نے آیوروید کے متعلق شائع شدہ نو کتابوں پر ۲۱۵۰ روپے کے انعام کا اعلان کیا ہے۔ ۵۸-۱۹۵۷ء کے اقتصادی سال میں انعام کے لیئے کتابیں طلب کیگئی تھیں۔ افسوس! اوّل درجہ کے انعام میں ایک بھی کتاب نہیں آسکی۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ ہمارے قابل ویدوں نے آج تک آیوروید کی ریسرچ میں ذرا بھی حصّہ نہیں لیا۔ دوسرے طبقہ کا ۳۵۰ روپیہ والا انعام چار ویدوں کو اور درجہ سوم کا پانچ کو موصول ہوا۔ یہاں پر مصنف کتاب و انعامی رقم کا لکھنا ضروری ہے تاکہ ناظرین کو چیدہ قابل مطالعہ کتابوں کا پتہ چل جائے اور مصنفوں کو اپنی تصنیف میں امداد ملے:-

۱- 'وید میں آیوروید' مصنفہ رام گوپال شاستری - انعام ۳۵۰ روپے
۲- 'ابھینو کرت گیان' ,, رگھبیر پرشاد ترویدی وارانسی ,, ۳۵۰ ,,
۳- 'روگ پریکشا ودھی' ,, شری پریہ ورت شرما۔ پٹنہ ,, ۳۵۰ ,,
۴- 'استری روگ وگیان' ,, رام ناتھ دویدی وارانسی ,, ۳۵۰ ,,
۵- 'رس چکتسا' ,, پربھاکر چیٹرجی کلکتہ ,, ۱۵۰ ,,
۶- 'سچتر لگھو ودش' ,, ایم کے شاستری بمبئی ,, ۱۵۰ ,,
۷- 'وٹامن اور ہنیتا' ,, ڈاکٹر سریندر ناتھ لکھنؤ ,, ۱۵۰ ,,
۸- 'ترودش پر گیان' ,, جگن ناتھ پرشاد شکل الٰہ آباد ,, ۱۵۰ ,,
۹- 'کاشائے وگیان' ,, ڈاکٹر اودھ بہاری وارانسی ,, ۱۵۰ ,,

دیسی طریق علاج کو فروغ دینے، اس سائینس میں ریسرچ اور مشاہدات کرنیوالوں کی حوصلہ افزائی کرنے کے لیئے اکاڈمی کا یہ قدم دوسری سرکاروں کے لیئے قابل تقلید ہے میں اکاڈمی سے گزارش کروں گا کہ وہ انعام کی رقم میں اضافہ کر کے اچھے لوگوں اور مصنفوں کو ترغیب دیں اور ساتھ قابل ویدوں سے استدعا کروں گا کہ وہ اس توسط کے ذریعہ اپنے تجربات، مشاہدات کو روشنی میں لاویں۔

پیداوار ادویہ میں پہلا قدم

جموں اور کشمیر ریسرچ لیبارٹری نے جنوب اور مغرب سے محدود پاکستانی علاقہ سے متصل چکروہی مقام پر کاشت ادویہ کا فارم کھولا ہے۔ پہلے یہ علاقہ ریاست کے زرخیز خطوں میں سے تھا۔ لیکن بعد بٹوارہ یہاں گھاس، جھاڑیاں اور سرکنڈے اُگ کر سارا خطہ اُوبڑ کھابڑ بن گیا۔ لیکن مہینوں میں اس ملبے کی صفائی کی گئی ہے۔ سبھی مشہور اور مشکل سے حاصل ہونیوالی ادویہ کے پودوں کو یہاں اُگانیکی سعی کی جارہی ہے۔ تقریباً ایشیا کے بہت سے ممالک سے یہاں پر پودے لائے جاکر اگائے جارہے ہیں اور UNESCO نے بھی بیجوں کی فراہمی میں امداد کی ہے۔

جو۔ گیہوں۔ چنا اور تلہن کی کاشت ۶۲۵ ایکڑ زمین میں کی گئی ہے۔ کچھ زمین میں پھلوں کی کھیتی بھی ہورہی ہے۔ پنج سالہ سکیم کے اختتام تک اس کام سے ۵۲ لاکھ روپیہ کا فائدہ ہوگا اور ۱۶۰۰ بیکاروں کو نوکری مل جائے گی۔ پانی کی نالیاں۔ ۱۶ فٹ چوڑی سڑکیں ۲۰ میل لمبی تعمیر ہوچکی ہیں۔ ۱۶۰۰ ایکڑ کا رقبہ جموں اور ۱۴۰۰ ایکڑ کا رقبہ کشمیر سٹیٹس میں اس فارم کے لئے لیا جاچکا ہے۔

پیپرمنٹ اور اُس کا تیل موجودہ وقت میں یہاں چین، امریکہ اور جاپان سے آتا ہے۔ اس پودے کی جڑیں جاپان سے لاکر ۷ ایکڑ زمین میں نصب کی گئی ہیں۔ یہاں ان کی پیداوار جاپان سے مقابلتاً زیادہ ہے۔ فارم کے کارکنان کو امید ہے کہ ایک ایکڑ زمین میں یہاں وہ منتھول اور پیپرمنٹ کا تیل ۶۰ پونڈ فی ایکڑ پیدا کریں گے جس کی قیمت تخمیناً ۲۰۰۰ روپیہ ہوگی اس لئے سن ۱۹۶۱ء تک وہ ایک ہزار ایکڑ پر اس کی کاشت کرنا چاہتے ہیں۔

دوسری کاشت ہونیوالی دوا کا نام چینو پوڈیم ہے۔ یہ دوا جانوروں اور مرد کے

پیٹ کے کیڑوں کے اخراج میں استعمال کی جاتی ہے۔اس کے بیج ٹرکی سے لائے گئے ہیں جہاں وہ خودرَو پیدا ہوتی ہے۔ چکروہی فارم میں یہ ۱۰۵ ایکڑ میں فروری میں بوئی گئی اور پہلی بار اس کی فصل اگست میں ہوگی۔ اور فی ایکڑ ۲۵ من پھلوں کے پیدا ہونے کی امید ہے۔ برٹش فارموکوپیا کے مطابق اس کے تیل میں ۷۰ فیصدی الیکریڈول موجود رہتی ہے۔ Glycarrhize glaben تیسری دوا ہے جس کی کاشت فارم کے تین ایکڑ زمین پر کی گئی ہے جسے ۲۰۰ ایکڑ تک بڑھانیکا ارادہ ہے۔ ابتک اس کی جڑیں ایران، ٹرکی اور سیریا سے بھارت آتی ہیں۔ چندر برعا کا مطالبہ آج دُنیا میں کافی بڑھ رہا ہے۔ جموں نرسری سے اس کے ۱۰ سیر بیج اکٹھا کرا کر یہاں بونیکا انتظام ہو رہا ہے۔ اس کے علاوہ ہائی سوس۔ ڈی جی ٹلس۔ ڈل۔ بیلاڈونا۔ پائی ری تھرم مینتھا اروینس۔ ڈالسوسکوریا وغیرہ کتنی ہی کمیاب ادویہ کے اس فارم میں اُگانیکا انتظام ہو رہا ہے۔ Pyrethrum کی ۵۵۰ ایکڑ میں کاشت کی گئی ہے۔ کشمیر میں ہی اس کی کاشت کامیاب بھی ہوئی ہے۔ اس کا سالانہ مطالبہ چار ہزار من کا ہے اور آئندہ چار سَو فیصدی بڑھنے کی اور زیادہ امید ہے! — تجویز اچھی ہے۔ جموں اور کشمیر سرکار کا ریاست کی ناگفتہ بہ غریبی کو دُور کرنیکا، غلہ کی کمی کو پُورا کرنیکا اور ہندوستانی روپیہ کو باہر جانے سے روکنے کا نہایت اعلیٰ اور کامیاب قدم ہے۔ اگر بھارت کے ہر ایک اسٹیٹ میں اس کی تقلید کی جائے تو ملک کی اقتصادی ترقی اور معالجہ میں بھی اصلاح ہوجائے۔ دیسی طریق علاج میں نباتاتی ادویہ درست اور تازہ مل جائیں اور عوام کو صحت بھی نوری حاصل ہو طریق علاج پر لوگوں کا اعتماد بھی قائم ہوجائے اور مالکانِ نرسری کو مناسب مالی فائدہ بھی ہو۔ امید ہے عوام اس جلتی ضرورت کو سمجھ کر اس جانب بھی قدم اُٹھائیں گے۔!

اس خواب کو اصلیت میں تبدیل کرنا فارم کے مینجر ڈاکٹر حبیب اللہ میر کو ہے۔

گھریلو کارآمد چیز — گلیسرین

(از قلم ڈاکٹر سائی لیوی کلارک - ایم ڈی)

گھریلو دوا۔ گھر میں استعمال ہونیوالی اشیاء میں سے نہایت ارزاں اور کارآمد دوا ہے گلیسرین! — ایک بوتل خرید کر رکھ لیجئے۔! خانگی پریشانیوں کا حل اسی کے ذریعہ ہو جائیگا۔ ڈاکٹروں کی کنڈی کھٹکانے اور زر کثیر خرچ کرنے سے آپکو نجات مل جائیگی۔

مصفّیٔ دہن :- ایک حصّہ گلیسرین میں دو حصّہ عرق گلاب ملا کر بوتل میں بند کریں حلق، منہ وغیرہ کی صفائی کے لئے مفرح اور مفید ہے۔

غُسل کے لئے :- دو اونس گلیسرین کو ایک ٹب (Tub) گرم پانی میں ملا کر اچھی طرح غسل کریں۔ بیمار ہو یا تندرست - ہر شخص اس کے بعدِ استعمال اپنے جسم کو ہلکا اور اچھا محسوس کرے گا۔

تھکے پیروں کے لئے :- وہ پیر جن سے زیادہ پسینہ نکلتا ہو۔ بھاری معلوم ہوتے ہوں۔ اسے دونوں ہاتھوں سے ملیں اور یونہی دس منٹ رہنے دیں۔ پھر دیکھیں کہ آپ کے پیر اتنے ہلکے اور بہتر معلوم ہوں گے گویا کہ آپ ہوا میں اُڑ رہے ہیں

خرابیٔ حلق، زبان اور مسوڑھوں کے زخم کے لئے :- گلیسرین۔ شہد۔ نمک ہر سہ برابر وزن ملا کر منہ میں رکھیں، زبان کے سہارے حلق میں اتاریں اور یہی زبان اور مسوڑھوں کے زخموں پر لگائیں۔ مفید ہے۔

بچوّں کے لئے :- بچوّں کے گلے اور منہ کی تکالیف میں بورک ایسڈ۔ گلیسرین اور گرم پانی تینوں کو ملا لیں اور انگلی پر رُوئی لپیٹ کر اس میں بھگو کر منہ کے اندر ڈال اچھی طرح اس کی صفائی کریں۔ فوراً آرام ہو گا۔ بعدہٗ معالج سے مشورہ کریں۔

کھُردرے ہاتھوں کے لئے:- گلیسرین میں عرق گلاب یا سادہ پانی ملالیں۔ ایک پیالہ میں ڈال کر ہاتھوں کو ۵ امنٹ تک اس میں ڈبو رکھیں اور ملیں۔ گردن اور بازو کی ملائمیت کے لئے بھی مندرجہ بالا عرق مفید ہے۔ بڑھے ہوئے ٹانسل پر گلیسرین میں قدرے ٹیننگ ایسڈ ملا کر روئی کے پھریرے سے لگائیں۔

ان اشیاء کے طبی استعمال کے علاوہ دیگر فوائد بھی ہیں جن کا تجربہ کر کے آپ مطمئن ہو سکتے ہیں۔

چمڑے کی حفاظت:- جوتے اور چمڑے کی دوسری چیزوں کو مضبوط ملائم اور چمکدار رکھنے کے لئے اس پر چند قطرے گلیسرین بطور پالش لگائیں۔

داغ دُور کرنے کے لئے:- میز کے داغوں۔ کپڑے کے دھبّوں کو دُور کرنے کے لئے اس کا استعمال بہت اکسیر ثابت ہو گا۔

تحفّظ غذاء و مربہ جات کے لئے:- انہیں اُبلتے وقت چند قطرہ گلیسرین ڈال دیں۔ چیزوں کے خراب ہونے کا احتمال کافور ہو جائے گا۔

تحفّظ ادویہ:- اسٹوپر یا شیشہ کے کارکوں کو بند کرتے وقت اس پر لگا دیں ذائقہ اور بو میں کوئی فرق نہ آوے گا۔

آیورویدک و طبی دنیا

ہماچل آیورویدک کانفرنس شملہ

شملہ ۵ جولائی ۵۸ء کو زیر صدارت آنریبل سپیکر لوک سبھا جناب ایم۔ اننت شینم آئینگر ہماچل پردیش کے وئیدوں کی کانفرنس منعقد ہوئی جس میں ہماچل آیورویدک سمیلن کی طرف سے شری اے۔ ایل شرما آف شملہ نے مندرجہ ذیل خیالات کا اظہار کیا:۔

"میں ہماچل آیورویدک سمیلن کے سنچالک اور آنریبل سپیکر صاحب کا تہ دل سے شکریہ ادا کرتا ہوں کہ جنھوں نے دیش میں آیوروید کی ترقی و ترویج کے لئے خصوصاً ہماچل پردیش جیسے پچھڑے ہوئے علاقہ میں آیوروید پرچار کی غرض سے یہ کانفرنس منعقد کی ہے۔ میں آپ صاحبان سے باادب درخواست کرتا ہوں کہ دیش کے خصوصاً ہماچل پردیش کے تمام کویراج وئیدراج ہر قسم کے اختلافات کو بالائے طاق رکھ کر مستعد و متحد ہو کر آیوروید کے جھنڈے تلے جمع ہو جائیں۔ اس ترقی کے زمانہ میں ہر ایک وئید بھائی کو قدیم آیورویدک گرنتھوں اور ماڈرن سائنٹفک طریقوں سے واقفیت حاصل کرنا چاہیئے۔ علاج معالجہ کے معاملہ میں کسی قسم کا تعصب یا ہٹ دھرمی واجب نہیں۔ ایک قابل معالج کا نصب العین صرف ایک اور ایک ہونا چاہیئے، مریضوں کو شفا صحت تندرستی کی دولت سے مالا مال کرنا۔ — آیورویدک طریق علاج کا خوب پرچار ہونا چاہیئے اور اس مقصد کے لئے ہر ایک وئید کو سوشل سروس کا برت دھارن کرنا چاہیئے۔ اپنے گرد و نواح کے گاؤں، قصبہ جات و دیہات میں کم از کم ہفتہ میں ایک مرتبہ جا کر حفظانِ صحت درازی عمر وغیرہ پر لیکچر دیا کریں۔ اپنے ہاں کے سکولوں میں جا کر لڑکے و لڑکیوں کو آیورویدک اصول کے مطابق رہن سہن، کھان پان و حفظانِ صحت کے متعلق اُپدیش دیں۔ مجھے یقین ہے کہ

اگر ہم ٹھیک اسی طرح جس طرح ہمارے پردھان منتری پنڈت جواہر لال نہرو پنچ شیل کے حامی ہیں۔ ان اصولوں کو اپنایا جائے تو آیورویدسارے ہندوستان میں ہی نہیں بلکہ دنیا بھر میں پھیل جائے گا۔

آل پنجاب یونانی طبی کانگرس کی کرنال میں یکروزہ عظیم کانفرنس

کرنال ۱۳ جولائی ۵۸ کو آل انڈیا پنجاب یونانی طبی کانگرس کی طرف سے پنجاب کے حکیموں اور ضلع کرنال کے اطبا کی اہم کانفرنس ہوئی۔ جس کی صدارت پیپسو بورڈ آف آیورویدک اینڈ یونانی سسٹم آف میڈیسن کے ممبر شری کیدار ناتھ جی چوپڑہ نے کی۔

اس عظیم کانفرنس میں شرکت کرنیوالے اطبا میں حکیم ہری کشن جی شرما پانی پتی حکیم بہاری لال جی ختار جالندھر۔ حکیم سندر داس جی کھتوریہ کرنال۔ حکیم ہری چند جی ملتانی پانی پت۔ شری اوم پرکاش جی کھوسلہ حکیم سندر لال جی دھون میونسپل کمشنر حکیم موتی رام جی حکیم حاذق۔ حکیم دھرم چند جی کے نام قابل ذکر ہیں۔ ان کے علاوہ سینکڑوں اطبا شامل اجلاس تھے۔

کانفرنس کی کارروائی ٹھیک ۱۲ بجے دوپہر شروع ہو کر ۴ بجے شام کو ختم ہوئی۔ اس کانفرنس میں مندرجہ ذیل قرار داد اتفاق رائے سے پاس کی گئیں :-

۱۔ آج کا یہ نمائندہ اجلاس حکومت پنجاب سے پرزور التماس کرتا ہے کہ پنجاب میں موجودہ ٹریڈ ایمپلائز ایکٹ کے تحت ہر طبقہ کے معالجین کو رجسٹریشن سے مستثنےٰ قرار دیا جائے۔

۲۔ پنجاب میں جلد از جلد دیسی طریقہ علاج کے معالجین کے لئے ایک ایکٹ اور ایک بورڈ بنایا جائے۔

۳۔ جس طرح گریجویٹ حلقوں میں سے اسمبلی کے لئے ممبر لئے جاتے ہیں۔ اسی طرح

وسیع پنجاب میں اسمبلی کے لئے رجسٹرڈ حکیموں میں سے دو نمائندے لیئے جائیں
۴- بلاڈ کا الیکشن حلقہ بندی کرانے کے بعد جلد از جلد کرایا جائے - اور نامزدگی کے طریقہ کو ختم کیا جائے۔
۵- ڈسٹرکٹ بورڈوں کے تحت جو دیسی طریقہ علاج کی فری ڈسپنسریاں کھلی ہوئی ہیں انکے انچارجوں کے گریڈ گورنمنٹ کے تحت کھلنے والی ڈسپنسریوں کے مطابق دیئے جائیں۔
۶- آیورویدک ڈیپارٹمنٹ پنجاب میں جو آسامی حکیم کے لیئے ریزرو کی گئی ہے اور کافی دیر سے خالی پڑی ہے - اسے جلد از جلد پُر کیا جائے اور اسے پُر کرنے کے لیئے ہر حکیم کو موقع دیا جائے۔
۷- پنجاب میں آیورویدک ڈیپارٹمنٹ سے مطالبہ کیا جاتا ہے کہ یونانی فری ڈسپنسریاں آیورویدک ڈسپنسریوں کے تناسب سے کھولی جائیں۔
۸- پٹیالہ کے ڈرگ انسپکٹر جس نے حال ہی میں حکما اور ویدوں کی دوکانوں پر چھاپے مارے ہیں - آج کا یہ اجلاس اس کی مذمت کرتا ہے اور حکومت سے درخواست کرتا ہے کہ وہ حکما کو دیئے گئے حقوق سے محروم نہ کرے۔
۹- حکومت پنجاب سے عوام کی صحت کے لیئے مطالبہ کیا جاتا ہے کہ صوبہ میں جلد از جلد دیسی ادویات کا فارمیسی ایکٹ لاگو کیا جائے تاکہ عوام کو خالص اور عمدہ ادویات مل سکیں۔
۱۰- ڈسٹرکٹ بورڈ کرنال سے پُرزور الفاظ میں عوام کی ضروریات و رجحان کے پیش نظر مطالبہ کیا جاتا ہے کہ کرنال میں مزید یونانی ڈسپنسریاں کھولی جائیں۔
اس سلسلہ میں قرارداد ہائے پاس ہونے کے بعد آخر میں حکیم ہری چند ملتانی پانی پت کی خواہش پر اجلاس نے کھڑے ہو کر دو منٹ تک خاموشی اختیار کی اور

پرماتما سے ہندوستان کے مایۂ ناز بزرگ حکیم نواب ناصر الدین احمد خاں صاحب یونانی فزیشن عزت مآب راشٹرپتی دہلی کی بے وقت موت پر ان کی آتما کی شانتی کے لئے دعا کی گئی۔

مالیر کوٹلہ یونانی کانگرس

یہ میٹنگ زیر صدارت حکیم سری رام ٹنڈن گولڈ میڈلسٹ ٹنڈن دواخانہ میں مورخہ ۱۱ جولائی کو ہوئی جس میں مندرجہ ذیل قراردادیں پاس ہوئیں:-

۱- پنجاب کے بزرگ حکیم جناب بابا ہرنام سنگھ جی امرتسر و حکیم نواب ناصر الدین خاں صاحب عزت مآب راشٹرپتی ہند کی بے وقت موت کی خبر سنکر بہت افسوس کرتی ہے۔ اور پرماتما سے اپنے چرنوں میں نواس دینے کی اور پسماندگان کو اس صدمہ کے برداشت کرنے کی طاقت دینے کی دعا کرتی ہے۔

۲- آیورویدک اینڈ یونانی طبیہ کالج میسور میں یونانی سیکشن ختم کرنے سے پیدا شدہ بے چینی کے لئے گورنمنٹ میسور سے اپیل کی گئی کہ وہ اس فیصلہ پر نظر ثانی کرے۔

۳- پنجاب ڈرگ ایکٹ کو سابقہ پیپسو کے علاقہ پر بھی لاگو کرنے کی حکومت پنجاب سے اپیل کی گئی تاکہ رجسٹرڈ وئید و حکما ایلوپیتھک ادویات استعمال کر سکیں۔

۴- کورندہ (بمبئی) کا یونانی شفاخانہ بند کرنے کا حکم واپس لینے پر گورنمنٹ بمبئی کا اظہار تشکر کیا گیا۔

(حکیم سری رام ٹنڈن)

فاروقی صاحب کو ناقابل برداشت صدمہ

آج مورخہ ۲۴/۸/۶۸ حکیم ناصر الدین احمد خاں صاحب آنریری فزیشن صدر جمہوریہ ہند و پریذیڈنٹ آل انڈیا یونانی طبی کانگرس کی بے وقت موت ہونیکا بہت افسوس ہوا پرماتما سے دعا ہے کہ ان کے فرزند شری احسن اللہ فاروقی و دیگر متعلقین کو پرماتما کا حکم ماننے کی طاقت بخشیں۔ حکیم ہری چند ملتانی سیکرٹری طبی کانگرس پانی پت (پنجاب)

زبانِ کیمسٹری

کیمسٹری کے اشارہ - فارمولا وغیرہ ایسے معمّہ جات ہیں جو اس علم سے بے بہرہ ناظرین کو متحیر کر دیتے ہیں - یہ کیا ہیں ؟ کیوں استعمال ہوتے ہیں ، شری

وی - ایس ترپاٹھی نے نہایت تشریح اور قابلیت کے ساتھ سیدھی سادھی عبارت میں اس کی عقدہ کشائی کی ہے -

موجودہ کیمسٹری کی رُوح ہے پرمانُو واد - پرمانوؤں کی کرامات کا اظہار کرنے کے لئے سب سے آسان طریقہ ہے یہ فارمولا اور یہ کیمیکل زبان - اگر انسانی دماغ نے اپنی عقل کے ذریعہ ان کی ایجاد نہ کی ہوتی تو کیمسٹری کا چمن ایک ایسا بیابان جنگل ہوتا کہ اس راہ کا مسافر اُلٹے پاؤں ہی واپس جاتا - عیسٰے کے تین صدی بعد کی پائی جانیوالی قلمی کتابوں سے زبان کیمسٹری کا آغاز ہوتا ہے اور اس سے اشارتی زبان کا منشاء معلوم ہوتا ہے - اپنے فارمولے اور گُر کو عوام سے پوشیدہ رکھنا ! اس کے نشانات اور علامات بے بنیاد نہیں - دھاتوؤں کا اشارتی تذکرہ گرہوں کے اشارات سے کیا گیا تھا جیسے سونے کا سُورج - چاندی کا چاند - تانبے کا شُکر - لوہے کا منگل - پارہ کا بُدھ اور سیسہ کا سنیچر کے اشارات کے ذریعہ اظہار کیا گیا ہے - آج بھی پارہ کو مرکری (mercury) اور چاندی کے لنک سلور نائٹریٹ کو لونیر کاسٹک (Luner caustic) کہتے ہیں - مرکہ - رس - لنک - آرسینک وغیرہ کے اشارتی نام گریک ناموں کے ہی مخفف ہیں - دوسری اشیاء کے اشارات اسی طرح مختلف تخیّل کی بنیاد پر مقرر کئے گئے ہیں - جیسے پانی کا اشارہ لہروں اور پتھر کا تیروں کی بنیاد پر ہے -

اشارات اسی بنیاد پر قائم کئے گئے ہیں - چند لیٹن - چند انگریزی اور چند دیگر یوروپین زبانوں سے لئے گئے ہیں - ذیل میں ۹۲ میں سے ۴۰ کا تذکرہ کیا جارہا ہے :- ⟶

نام	اشارہ	پرمانو وزن	خاص ملانیوالی طاقتیں
ایلومینیم	AL	۲۷	۳
آرگن	A	۳۹٫۹	۰
بیریم	BA	۱۳۷	۲
بروماین (Bromine)		۸۰	۱
اینی مُونی (Stilium)	SB	۱۲۲	۵-۳
آرسینک	AS	۷۵	۳-۵
بورن (Boron)	B	۱۰٫۸	۳
کلشیم (Calcium)	CL	۳۵٫۵	۱
کاربن	C	۱۲	۴
کرومیم	Cr	۵۲	۳
تانبا (Coppor) Cuprum Latin	CU	۶۳	۱ و ۲
سونا (Aurum) Latin	AU	۱۹۷	۳
ہائیڈروجن	H	۱٫۰۰۸	۱
اری ڈیئم	Ir	۱۹۳	۴
مگنیشیم	Mg	۲۴	۲
پارہ (Hydrargyrum) Latin	HG	۲۰۰٫۶	۱،۲
نکل	NI		

نام	اشارہ	پرمانو وزن	خاص طاقتیں
آکسیجن	O	۱۶	۲
پلاٹینیم	Pt	۱۹۵	۴
ریڈیم	Ra	۲۲۶	۲
سِلور (Argentum)	Ag	۱۰۸	۱
سٹرانشیم	Sr	۸۷٫۶	۲
رانگا (Stannum)	Sn	۱۱۸٫۷	۲،۴
زِنک	Zn	۶۵٫۴	۲
کلورین	CL	۳۵٫۵	۱
کوبالٹ	CO	۵۹	۲
فلورِن	F	۱۹	۱
ہی لیم	He	۴	۰
آیوڈِین	I	۱۲۷	۱
لوہا (Ferrum)	Fe	۵۶	۲،۳
میگنیز	MN	۵۵	۲
نیَن (Neon)	Ne	۱۰٫۲	۰
نائٹروجن	N	۱۴	۳،۵
فاسفورس	P	۳۱	۳،۵
پوٹیشیم	K	۳۹	۱
سِلکن	SI	۲۸	۴
سوڈیم (Natruium)	Na	۲۳	۱

۲۶۴	۳۲	S	گندھک
۲۰۶	۱۸۴	W	ٹنگسٹن (Walfram) German

پرمانوؤں کا یہ وزن جو ہائیڈروجن کے پرمانو وزن ۱۰۰۸ یا آکسیجن کے پرمانو کے وزن کو ۱۶ تسلیم کرکے قائم کیا گیا ہے۔

۱۸۵۸ء میں جرمنی کے مشہور سائینسدان کے کلے نے باتصویر فارمولوں کا جو اندازہ لگایا۔ اس کی یہ منشا تھی کہ آنٹرو کے فارمولوں میں اس کے پرمانوؤں کی طاقت کا بھی اندازہ ہو۔ اُس نے سائینسدان ڈالٹن برجی لیس دونوں کے فارمولوں اور اشارات کا اپنے فارمولوں میں میل کر دیا۔ ہائیڈروجن جیسی واحد طاقت والی تیاری اجزاء کے پرمانوؤں کو ایک دائرہ کے ذریعہ اور آکسیجن کی طرح والے ڈبل طاقتور پرمانوؤں کے دو دائروں کو ملا کر ڈبل کی شکل میں ظاہر کیا۔ اس طرح نائٹروجن کے سہ طاقتی پرمانوؤں کو اور کاربن کے چار طاقتی پرمانوؤں کو تین اور چار دائروں کے متحدہ دائروں کے ذریعہ ظاہر کیا۔ انہیں کے درمیان برجی لیس کے اشارات کو رکھ کر کے کلے نے اُن کو ایک مخصوص شکل میں پیش کر دیا۔ اُس نے آنٹرو فارمولوں کی ساخت کے ان اشارات کو دو قطاروں میں اس قسم سے رکھ کر کر دی کہ ہر ایک نقطہ سے ایک طاقت کے میل کا پتہ لگ جائے۔ اُس نے یہ سب کچھ کیا۔ مگر اس کے ان فارمولوں کے استعمال میں وہی مشکلات درپیش آئیں جو ڈالٹن کے رو برو پیش آئی تھیں۔ اس طرح وقت کی ضروریات کے سامنے کے کلے کے فارمولے بھی نہ ٹھہر سکے۔ نئے فارمولے تیار ہوئے۔ جن میں ملاوٹی طاقت کا اظہار نقطوں اور خطوط کے ذریعہ کیا گیا۔ یہ فارمولے بہ آسانی لکھے چھاپے اور سمجھے جا سکتے ہیں۔ اگلی قسط میں اس کا تذکرہ کروں گا۔

آپ کے جسم کا فضلا

آپ کی خوراک کو اگر جسم نے صحیح طور پر قبول کر لیا ہے تو ٹٹی بندھی ہوئی - گول - لمبائی لئے ہوئے - رسی کی مانند - بادامی رنگ کی ہوگی اور ٹٹی کے دروازہ پر چپکے گی نہیں - پیشاب کا رنگ بھی سوکھے ہوئے دھان کے پیال کی مانند ہوگا - ڈاکٹر ایچ - او - سوار ٹاوٹ، ایم - ڈی - پی - ایچ - ڈی کا یہ مضمون "ہیلتھ" سے شکریہ کے ساتھ شائع کیا جا رہا ہے - ڈاکٹر موصوف نے غذا کے آخری نتیجہ پر کافی روشنی ڈالی ہے - لیکن آیوروید کے قدیم ماہرین نے اس پر اور بھی باریکی سے نگاہ ڈالی ہے - ان کے نقطہ نظر سے سات دھاتوؤں کے علیحدہ علیحدہ مل ہیں - رس کا میل ہے کف - خون کا پت - مانس یا گوشت کے مل ہیں کیچڑ آنکھ کا - کان کا اور چربی کا پسینہ - ہڈی کا میل ہیں ناخن اور ردئیں وغیرہ - جسم اپنے اس فضلے یا میل سے ہی زہریلا یا مریض بنتا ہے اگر ان کا ٹھیک اخراج نہ ہو -

وہ کارخانہ کامیابی کے ساتھ نہیں چل سکتا - جس کی مشینوں کی گندگی صاف نہ کی جائے جس کے فرش اور دیواروں پر کوڑا کرکٹ جمع ہوتا رہے - اس نقطہ نظر سے دیکھنے پر ہمارا جسم بھی کارخانہ کے مشابہ ہے - آپ کی خوراک کا بہت بڑا حصہ ہضم ہوتا - اس کا جسمانی مختلف اعضاء کے ذریعہ جاذبہ ہوتا - لیکن پھر بھی ہاضمہ اور جاذبہ کے بعد بھی کچھ اس کا ہضم نہ ہونیوالا یا ہاضمہ سے باقی رہنے والا جزو بچ جاتا ہے -

ڈائی آکسائڈ اور پانی کی شکل اختیار کرتا ہے لیکن امینو ایسڈ میں جو جز گندھک کا ہوتا ہے وہ سلفیٹ (Sulphates) بن جاتا ہے۔ جگر اس پروٹین کے علاوہ دوسرے پروٹین کا فضلا بھی تیار کرتا ہے۔ وہ خون کے لال ذرّوں کو رنگین بنانے والا لوہا کا مرکب پروٹین ہے۔ اسی ہوموگلوبن کا ایک حصہ جو سُرخ نہیں ہوتا لیکن خون میں موجود رہتا ہے۔ وہ وہیں ٹوٹتا پھوٹتا۔ جگر ان ٹکڑوں کو جن کی کیمیکل تبدیلیو کے بعد ان تھیلیوں کی شکل میں لاتا جو پت کو رنگتی ہیں۔ یہی تھیلیاں آخر میں آنتوں کے فضلا کی شکل میں تبدیل ہو جاتی ہیں۔ جز ہضم شدہ یا بالکل ہضم نہ ہوئی پروٹین وہاں جراثیم یا بکٹیریا کے ساتھ مل کر سڑتی اور ان میں سے کچھ بدبودار گیسوں کی صورت میں خارج ہوتی جنھیں انڈول (Indole) اور اسکیٹول (SKatole) کہتے ہیں ——— چند معدنیات یا نمک اُسی صورت میں خارج ہوتے ہیں جس میں کہ اُنھیں ہم استعمال کرتے اور کچھ دوسری شکلوں میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ جو نمک آپ یومیہ استعمال کرتے ہیں وہ تقریباً نصف اونس کی مقدار میں آپکے جسم سے روزانہ خارج ہو جاتا ہے۔ دوسرے نمکیات کیمیائی تبدیلیوں کے ذریعہ ناچیز مقدار میں خارج ہوتے ہیں۔

ہمارے جسمانی فضلا میں کثیر مقدار پانی کی ہوتی ہے۔ کچھ پانی جو ہم پیتے ہیں۔ کچھ جو خوراک کے ساتھ ملا رہتا ہے اور کچھ جو کیمیکل ساخت (Oxidiation) کے ذریعہ تیار ہوتا ہے جس کا تذکرہ بھی کیا جا چکا ہے۔ اُس کی زیادہ مقدار بلا کسی تبدیلی کے ہی خارج ہو جاتی ہے۔ آپ کہہ سکتے ہیں کہ پھر پانی پینے اور جسم سے خارج ہو جانے میں فائدہ ہی کیا؟ اس کا جواب یہی ہے کہ شاید ہی کوئی جسمانی فضلا ہو ورنہ جملہ کوڑا کرکٹ جسم سے بغیر پانی کی امداد کے خارج ہی نہیں ہوتا۔

اس مضمون کا ماحصل جسے آپکو حافظہ میں تازہ رکھنے کی کوشش کرنا چاہیے

ہضم ہوئی اور آکسیجن کے میل سے کیمیکل تبدیلیوں کے بعد کاربوہائیڈریٹس (جزوِ شیریں) - چربی اور پروٹین - یہ کاربن ڈائی آکسائیڈ اور پانی کی شکل میں تبدیل ہو جاتی ہیں - کچھ جزِ شیریں جو ہضم نہیں ہوتا یا تھوڑی مقدار میں ہضم ہوتے ہیں ان کا فضلا ریشہ اور سیلولوز کی شکل میں خارج ہوتا ہے - بلا ہضم ہوئی چربی کچھ تبدیلی کے ساتھ یا یوں ہی فضلا میں موجود رہتی ہے - کاربن ڈائی آکسائیڈ اور پانی کے میل ہونے پر آکساڈایزڈ چربی ایسی ٹون - ڈائی سیٹک ایسڈ اور ہائیڈروسی بیوٹرک ایسڈ کی صورت میں جسم سے فضلا کی شکل میں خارج ہوتی ہیں - دوسری پروٹین - امونیا - یوریا سلفیٹ - یورک ایسڈ - پت کو رنگنے والی تھیلیوں - انڈول - اسکاٹول اور دوسرے کتنے ہی اجزاء جو کئی کیمیکل تبدیلیوں کے ساتھ جگر میں واقع ہوتے جسمانی کوڑے کی شکل میں باہر خارج ہوتے ہیں - ان کے علاوہ آنسو - کان کا میل - آنکھ کا کیچڑ - تیل - جھلی - بکٹیریا اور کتنے ہی قسم کے نمکیات بھی جسمانی فضلات کی فہرست میں شامل ہیں

روگوں کی جڑ کھانسی

کھانسی کی وجوہات۔ تحفظ۔ اس کی تکالیف کے دفعیہ کی آسان تدابیر پر روشنی ڈالنے والا دلچسپ مضمون۔ ڈاکٹر آر۔ این کاتیاین

کھانسی! جس کو دیکھئے، وہی اس کی شکایت کیا کرتا ہے۔ کسی کا گلا دکھتا ہے تو کسی کی تھوڑا سا چلنے سے پھولتی ہے سانس! کسی کی چھاتی میں درد ہے تو کوئی کھانستے کھانستے پسلی پکڑ کر چپ ہو جاتا ہے۔ کسی کی آواز بھرائی ہے تو کسی کی بول رہی ہے ناک! ایک صاحب کی رائے میں کھانسی سے زیادہ عیاں دوسری علامت جسم میں ہے ہی نہیں۔ کہیں بھی چلے جائیے، آپ کو نہ تعارف کی ضرورت پڑے گی اور نہ اپنی آمد کی اطلاع کا اٹھانا پڑے کا جھنجھٹ۔ آپ جس خوش قسمت کے گھر میں مہمان ہوں گے، کھانسی رات بھر خطرہ کی گھنٹی ٹھن ٹھناتی رہے گی۔ چوکیدار کی غیر حاضری، گھر والوں کی چوکسی کے بغیر بھی وہاں چور داخل ہونے کی ہمت نہ کرینگے گھر میں مہمانوں کی بھیڑ بھاڑ بند ہو جائے گی ـــــ کچھ بیماری کی چھوت سے اور کچھ نیند حرام ہونے کے ڈر سے ـــــ پھر اس میں برائی کیا؟

ڈاکٹر کہتے ہیں کہ اس نے جسم میں جڑ جما لی تو جان جوکھم میں پڑ جائے گی۔ حلق کا کوا (Tonsils) بڑھے گا۔ ٹیڑھا ہو جائے گا۔ گلے میں دانے پڑ جائیں گے، دمہ، دل کی دھڑکن، قبض، خوراک سے نفرت، پسلیوں میں درد۔ کھانستے کھانستے خون آجانا۔ دق وغیرہ کی بیماریاں دامن دبوچ لیں گی۔ پلا چھڑانا محال ہو جائے گا۔ شاید اسی لئے راستہ چلنے والے تک اعلان کرتے ہیں۔ جھگڑے

کی جڑ ہانسی، روگ کا گھر کھانسی"۔ اس کی آمدورفت کی وجوہات یہ ہیں:۔
شہری ماحول میں دھواں دھکڑ۔ مختلف گیس اور ہوا میں پر مالوؤں کی کثرت جس میں سانس لینے سے کوئی بیماری یا کھانسی آنا۔ تیل، کھٹائی، دودھ، گرم غذا کھانے کے بعد ٹھنڈا پانی پینا۔ بدہضمی ہونے پر گندی گیسیں گلے سے ٹکرانا۔ جسم کو سردی لگنا۔ کوا کی سوجن یا بڑھنے پر، گلے کی سوجن یا زخم ہونے پر۔ سانس کی نلی میں سوزش ہونے اور پھیپھڑوں کی خرابی وغیرہ اس کی ضیافت کا پیغام ہے۔ مندرجہ ذیل احتیاط مفید رہیں گی:۔
جن وجوہات سے یہ آتی ہے ان کے برعکس برتاؤ کیجئے۔ زہر آلود ماحول ترک کیجئے خشک کھانسی کیلئے گھی تیل وغیرہ کھا کر کالی مرچ۔ واسا کا رس کا استعمال کریں، چھاتی پر گرم تیل یا گائے کا پرانا گھی یا بادام روغن مل کر کف کو ڈھیلا کر کے بلغم جاری کیجئے۔ سوجن اور زخم میں ادویہ شہد کیساتھ چاٹیں۔ کاڑھا پیجئے۔ خرابی گلا ہے تو غرارہ کیجئے۔

- بلغم آتا ہو تو تلسی کی چائے یا معمولی چائے میں لونگ، الائچی، کالی مرچ ملا کر پلائیں۔
  گلے کی خرابی اسی چائے کے غرارے کرنے سے رفع ہو جاتی ہے
- ادرک ۶ ماشہ کو پانی میں پکا کر گڑ ڈال کر پئیں۔ نزلہ زکام اور گلے کی تکلیف میں قبض دور کریں۔
- ملٹھی، بھارنگی، کشمش، دارچینی، کالی مرچ۔ چھوٹی پیپل جملہ ۲ تولہ جوکٹ کر کے ۱۔ پاؤ پانی میں جوشاندہ ایک چھٹانک رہ جائے تو مل چھانک اتولہ شہد ملا کر چسکی لیکر پیجئے ہر قسم کی کھانسی
- بڑھی ہوئی بلغم کیلئے جوشاندہ دشمول میں ۱۔ ماشہ چھوٹی پیپل ڈال کر پئیں۔
- بچ میٹھی۔ کلینجن۔ لونگ کی رس لیکر میں گولیاں بنا کر چوسیں۔ گلا بیٹھنا اور کھانسی میں مفید ہے
- بھیڑے کی مینگنی شہد کے ساتھ چاٹنے۔ گرم پانی پینے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔
- ادرک کا رس اور گائے کا گھی دونوں گرم کر کے چھاتی پر ملنے سے بلغم نکلتا ہے۔
- گرم پانی میں تھوڑا سا تارپین کا تیل ڈال کر اس کی بھاپ لینے سے بھی ٹھنڈک سے پیدا ہوئی کھانسی دور ہو جاتی ہے *

گلدستہ (صفحہ ۸۱ سے پیوستہ)

مُلاقات:- شری رام کرشن پرم ہنس اور بنگال کے مشہور مصنّف وناولسٹ شری بنکم چندر کی اوّل ملاقات کا دلچسپ بیان ناظرین کے زاویۂ نگاہ کو وسیع بنا کر دل کے غنچہ کو شگفتہ کرے گا۔

"ہاں بھائی! آپ بنکم (ٹیڑھا) کیسے ہو گئے"؟ پرم ہنس نے سوال کیا!

"انگریز افسروں کے جُوتے کھاتے کھاتے!" مذاقیہ بنکم بابو نے جواب دیا۔

"مجھ سے چھپاتے ہو۔ شریمتی کی محبّت میں بنکم ہوئے ہو جیسے کہ شری کرشن جی ہوئے تھے۔ ہے نا!"

بنکم بابو کو کوئی جواب نہ سُوجھا۔ آخر اُنھوں نے پرم ہنس سے کہا: "آپ اپنے رُوحانی فلسفہ کا پرچار کیوں نہیں کراتے؟"

"کہئیے کیا کروں؟ پلیٹ فارم پر کھڑا ہو کر اسپیچ دُوں یا جھولی لٹکا کر گلیوں کے چکر لگاؤں یا سوانح عمری لکھا کر تقسیم کراؤں۔ مَیں پرچار کو خودی کا دیباچہ تصوّر کرتا ہُوں۔ جو آفتاب، ماہتاب، کو ڈھال کر دُنیا کو روشن کر رہا ہے۔ اس کے وجود اور عظمت کو ناچیز انسان کیا فروغ دے گا اور پھر اس محدود زندگی میں کتنا پرچار کرے گا اُس کا جو ازلی اور ابدی ہے۔ اس کے لئے تو بس اتنا ہی کافی ہے کہ انسان اس کے وجود پر دھیان رکھتے ہوئے خلقت سے محبت کرے۔ اس سے بڑھ کر دوسرا دوسرا پرچار نہیں ہو سکتا۔" شری رام کرشن پرم ہنس نے اپنی مُسکان کے ساتھ جواب دیا۔

(بھگو رام کاتب ۲۷۹ حسین پورہ۔ امرت سر)

موتیوں کے برابر تول کر مول لینے والی کتاب

مخزن آیُورویدہ

ناظرین! یہ طِب آیُوروید پر وُہ لاثانی تصنیف ہے جس میں فاضل مُصنّف نے ہندوستان کے قدیم طریق علاج کے تمام رموز و کنایات کو نہایت آسان و عام فہم زبان میں پیش کر کے اُردُو دان پبلک پر احسانِ عظیم کیا ہے۔ اُردُو زبان میں اس مکمّل و جامع آیُورویدک کورس کی بدولت ہندوستان کے ہر حصّہ میں سینکڑوں ایلوپیتھک ڈاکٹر و یونانی حکماء صاحبان اپنے اپنے طریقِ علاج کو خیرباد کہہ کر آیُوروید کے مدّاح ہو گئے ہیں اور ہزاروں ہی پڑھے لکھے بیکار نوجوان اس کے باقاعدہ مطالعہ سے لاکھوں دین وُ دُکھی بھائیوں کی طِبّی خدمات کر کے اس معزز پیشہ سے اپنا و اپنے بال بچّوں کا پیٹ پال رہے ہیں۔ طِب آیُوروید پر اُردُو زبان میں اس لاثانی کتاب نے کس قدر شہرت حاصل کی ہے، آپ صرف اس امر سے اندازہ لگا سکتے ہیں کہ اس ضخیم و قیمتی کتاب کے قلیل عرصہ میں ہی چار ایڈیشن نکل چکے ہیں۔

مخزن آیُوروید کی خاص خُوبی یہ ہے کہ یہ سلیس عام فہم اور جامع ہونے کے علاوہ تخمیناً چھ ہزار مجرّب المجرّب نسخہ جات کا ایک بے نظیر گنجینہ ہے۔ تخمیناً اڑھائی ہزار صفحات کا پانچ حِصّوں پر مشتمل اُردُو زبان میں طِب آیُوروید کا یہ مکمّل کورس ہے۔ اس میں سر سے پاؤں تک جسمِ انسان پر وارد ہونے والی تمام امراض کی مفصّل تشریح کے علاوہ جُملہ امراض کا مکمّل علاج درج ہے۔ فاضل مصنّف وَید کرشن دیال جی وَید شاستری کا دعویٰ ہے کہ معالجات کے متعلق ایک طبیب کے پاس اس کتاب کی موجودگی میں کسی دُوسری کتاب کی ضرورت نہیں رہتی۔ بایں ہمہ یہ پانچوں حِصّص کا مکمّل کورس نہایت خوبصورت چلد قیمت صرف سترہ روپے آٹھ آنے -/8/17 روپیہ۔ محصُولڈاک بذمّہ خریدار۔

(نوٹ) کتاب طلب کرتے وقت اگر اپنے قریبی ریلوے اسٹیشن کا پتہ لکھ دیں تو محصُول میں بچت رہے گی کیونکہ تخمیناً تین سیر پختہ وزنی ہونے سے محصُولڈاک قریباً دُو روپے خرچ آتا ہے۔

ملنے کا پتہ

پرتاپ آیُورویدک فارمیسی لمیٹڈ اکالی مارکیٹ امرت سر

مریض (حیران ہوکر)۔ "ڈاکٹر صاحب کیا
آپ مجھے کوئی دیسی انجیکشن لگا رہے ہیں؟"
ڈاکٹر۔ آپ گھبرائیے مت: یہ پرتاپ آیورویدک فارمیسی لمیٹڈ کے
سو فیصدی خالص آیورویدک انجیکشن نہایت بے ضرر اور جادو اثر ثابت
ہو چکے ہیں اور انہیں ہر ایک ڈاکٹر، وئید و حکیم بے کھٹکے استعمال
کر رہا ہے